Habla Seth

Jane Roberts



Luciérnaga
OCEANO

Habla Seth

Título Original: Seth Speaks

L38 – v1.0: 6/08/02 – v2.0: 23/08/03

ÍNDICE

CONTRAPORTADA:

"Habla Seth" es una crónica de los pensamientos y creencias de SETH escritos tal y como él mismo se los reveló a Jane Roberts durante sus estados de trance, Seth le desveló secretos acerca de la vida y la muerte, del universo más allá de los sentidos...

Seth muestra en este libro que la esencia humana es multidimensional, es decir, que existimos en varias realidades a la vez, y que el alma o ser interno no es algo separado de nosotros, sino el verdadero medio que nos permite existir.

SOBRE LA AUTORA

Jane Roberts es la mano que plasma todas las enseñanzas que nos brinda Seth. Nació en 1929 en Saratoga, U.S.A., murió en 1984. Escribió poesía, metafísica, cuentos para niños y novelas.

Su trabajo ha sido el mayor impacto para el movimiento espiritual y la Nueva Era cuando apareció su primer libro “Habla Seth”. Como guía-maestro Seth habló de la responsabilidad de crear la propia realidad, un concepto en la actualidad promovido por muchos otros seres canalizados. Es el paso principal en calidad de canalizaciones, y aún fija standards para material canalizado.



Durante más de siete años Seth ha hablado a través de mí en sesiones de trance dos veces a la semana. Mi iniciación psíquica empezó realmente una noche de septiembre de 1963 cuando estaba sentada escribiendo poesía. De repente, mi conciencia abandonó mi cuerpo y mi mente fue invadida por un aluvión de ideas sorprendentes y nuevas para mí en esa época. Cuando volví a mi cuerpo descubrí que mi mano había producido una escritura automática que explicaba muchos de los conceptos que me había sido dados. Incluso había puesto un título a esas notas: "El universo físico como la interpretación de una idea".

No es mi intención insinuar que poseemos la piedra angular de la verdad, o dar la impresión de que esperamos impacientemente conocer secretos no distorsionados sobre las eras por venir. Sé que todo el mundo tiene acceso al conocimiento intuitivo y puede obtener atisbos de la realidad interna. El universo nos habla a cada uno de nosotros a este respecto; en nuestro caso, lo hace a través de las sesiones de Seth.

Según Rhea Powers (del libro "Cambios en la Tierra")

Jane Roberts también era un médium de cuerpo entero. Jane era anoréxica; cuando Seth tomaba su cuerpo, fumaba un

cigarrillo tras otro y bebía cerveza. La combinación no benefició la salud de Jane, ya precaria. Murió de muerte muy penosa, a la edad relativamente temprana de cincuenta y un años, después de haber pasado la mayor parte de los dos últimos años en un hospital. No fue la canalización lo que la mató, por supuesto, pero el entregar su cuerpo a los apetitos de Seth no la ayudó.

* * *

DEDICADO A ROB

INTRODUCCIÓN

Este libro ha sido escrito por una personalidad llamada Seth que se describe a sí misma como una «esencia de energía de la personalidad» que ya no tiene forma física. Durante más de siete años ha hablado a través de mí en sesiones de trance dos veces a la semana. Mi iniciación psíquica empezó realmente una noche de septiembre de 1963 cuando estaba sentada escribiendo poesía. De repente, mi conciencia abandonó mi cuerpo y mi mente fue invadida por un aluvión de ideas sorprendentes y nuevas para mí en esa época. Cuando volví a mi cuerpo, descubrí que mi mano había producido una escritura automática que explicaba muchos de los conceptos que me habían sido dados. Incluso había puesto un título a esas notas: «El universo físico como la interpretación de una idea.»

A causa de esa experiencia, comencé a investigar la actividad psíquica y planifiqué escribir un libro sobre ese

tema. Así fue como mi marido Rob y yo experimentamos con una tabla de espiritismo (ouija) a finales de 1963. Al cabo de unas pocas sesiones, el puntero empezó a deletrear mensajes que decían venir de una personalidad llamada Seth.

Ni Rob ni yo habíamos tenido experiencia psíquica alguna y, cuando comencé a prever las respuestas del tablero, di por sentado que venían de mi subconsciente. Algún tiempo después sentí la necesidad de pronunciar las palabras en voz alta, y un mes más tarde Seth hablaba a través de mí en estado de trance.

Los mensajes parecían empezar donde terminaba «La interpretación de una idea», y más tarde Seth nos dijo que mi experiencia de expansión de conciencia había representado su primer intento de contacto. Desde entonces, Seth ha dictado de forma continuada un manuscrito que ahora tiene más de seis mil páginas mecanografiadas. Lo llamamos *El material de Seth y* trata de materias como la naturaleza de la realidad física, el tiempo, la realidad, el concepto de dios, los universos probables, la salud y la reencarnación. La innegable calidad del material nos atrajo desde el principio, y fue ésta la razón que nos hizo continuar.

A partir de la publicación de mi primer libro en este campo, comenzaron a llegar cartas de desconocidos que solicitaban la ayuda de Seth. Empezamos a mantener sesiones para aquellos que tenían una mayor necesidad de ayuda. Algunas de esas personas no podían acudir a las sesiones pues vivían en otra parte del país, pero a pesar de ello el consejo de Seth les sirvió de ayuda y la información que dábamos por correo sobre los antecedentes individuales de estas personas resultaron ser ciertas.

Rob siempre toma notas de las sesiones de Seth, utilizando su propio sistema taquigráfico. Más tarde las mecanografía y

las adjunta a nuestra colección de material de Seth. Las excelentes notas de Rob muestran las circunstancias en que tienen lugar las sesiones. Su apoyo y estímulo me han sido siempre de gran valor.

Según nuestra manera de pensar, hemos tenido más de seiscientas citas con el universo, aunque Rob nunca lo describiría así. Estas citas tienen lugar en nuestro amplio y bien iluminado salón, aunque, en términos más profundos, transcurren en el área de la personalidad humana, que está fuera del espacio.

No es mi intención insinuar que poseemos la piedra angular de la verdad, o dar la impresión de que esperamos impacientemente conocer secretos no distorsionados sobre las eras por venir. Sé que todo el mundo tiene acceso al conocimiento intuitivo y puede obtener atisbos de la realidad interna. El universo nos habla a cada uno de nosotros a este respecto; en nuestro caso, lo hace a través de las sesiones de Seth.

En *El material de Seth,* publicado en 1970, expliqué estos acontecimientos y expuse las opiniones de Seth sobre una gran variedad de temas extraídos de nuestras sesiones. También describí los encuentros que mantuvimos con psicólogos y parapsicólogos, en un intento de entender nuestras experiencias y emplazarlas en el contexto de la vida normal, así como las pruebas que hicimos para verificar la capacidad clarividente de Seth. A nosotros nos parece que Seth aparece siempre en medio de una sinfonía de colores.

Nos ha resultado extremadamente difícil encontrar expertos en todas las materias que componen el siempre creciente cuerpo del trabajo de Seth. Ésta es la razón por la que necesariamente *El material de Seth* deja muchas cuestiones sin respuesta y muchos temas sin explorar. Sin embargo, dos semanas después de acabarlo, Seth nos dictó el esbozo del

presente manuscrito, mediante el cual él sería libre de poder expresar sus ideas a su manera.

He aquí una copia de ese esbozo, que nos fue dado en la sesión 510 del 9 de enero de 1970. Como podréis ver, Seth me llama Ruburt y Joseph a Rob. Estos nombres representan a la totalidad de nuestra personalidad para poder distinguirla de nuestro ser actual orientado físicamente.

En estos momentos estoy trabajando en otro material que os será entregado más adelante, así que me tendréis que aguantar durante algún tiempo más. Me gustaría daros una somera idea del contenido de mi libro.[1] Tratará de temas diversos. El libro incluirá una descripción de la manera en que se está escribiendo y los procedimientos necesarios para transmitir mis propias ideas a Ruburt, de tal modo que ella pueda expresarlas en palabras.

No tengo cuerpo físico, y aun así estoy escribiendo este libro. En el primer capítulo explicaré cómo y por qué.

(Ahora -escribió Rob en sus notas-, el ritmo de Jane se había ralentizado considerablemente y cerraba los ojos a menudo. Hacía muchas pausas, algunas muy largas.)

El siguiente capítulo describirá lo que vosotros llamaríais mi entorno actual, mis «características» presentes y a mis asociados. Así llamo a aquellas personas con las que me relaciono.

El siguiente hablará de mi trabajo y de aquellas dimensiones de la realidad a las que me conduce, porque, al igual que viajo a vuestra realidad, también lo hago a otras para cumplir con un propósito mío que debo completar.

---

[1] *Habla Seth* se publicará en castellano en dos tomos. El segundo tomo aparecerá en julio de 1999. *(N.de la E.)*

El siguiente tratará de mi pasado y sobre algunas de las personalidades que he sido y he conocido. También quiero aclarar que el pasado, el presente y el futuro no existen, y explicar que no es contradictorio el hecho de que yo me refiera a existencias pasadas. Todo esto podría extenderse a dos capítulos.

El siguiente expondrá la historia de mi encuentro con Ruburt -desde mi punto de vista, por supuesto-, y la manera en que establecí contacto con su conciencia interna mucho antes que ninguno de vosotros supiese nada sobre fenómenos psíquicos o sobre mi existencia.

El siguiente capítulo tratará sobre la experiencia de cualquier personalidad en el momento de la muerte y las distintas variaciones de esa aventura fundamental. Usaré alguna de mis propias muertes como ejemplo.

El último de este tomo hablará de la experiencia posterior a la muerte con todas sus variantes. Ambos capítulos abundarán en la reencarnación referida a la muerte, con especial atención a la muerte que sobreviene *al final* de la última encarnación.

El primer capítulo del segundo tomo se referirá a la realidad emocional del amor y las relaciones entre las distintas personalidades, y a lo que les ocurre durante las sucesivas reencarnaciones, ya que algunos caen en el camino y otros se quedan retenidos.

El capítulo siguiente tratará de vuestra realidad física tal y como aparece ante mí y ante otros como yo. Este capítulo contendrá algunos puntos fascinantes, ya que, además de formar parte de la realidad física que conocéis, también sois parte de otros entornos igualmente válidos en otras realidades gracias a vuestros pensamientos, deseos y emociones actuales.

El siguiente hablará de la eterna validez de los sueños como puerta de entrada a otras realidades y como áreas abiertas a través de las cuales él «ser interno» vislumbra las múltiples facetas de su experiencia propia y se comunica con otros niveles de su realidad.

El siguiente profundizará en este tema, para lo cual relataré las distintas maneras en que he entrado en sueños ajenos como instructor y guía.

El siguiente explicará los métodos básicos de comunicación que usa cualquier tipo de conciencia, de acuerdo con su grado de evolución, se encuentre o no en un cuerpo físico. Eso nos remitirá a la comunicación básica usada por las personalidades humanas como vosotros las entendéis, y mostraré que las comunicaciones internas son independientes de los sentidos físicos, los cuales son meras extensiones físicas de la percepción interna.

Explicaré al lector cómo ve lo que ve y oye lo que oye y por qué. Me propongo demostrarle que él es un ser independiente de su imagen física, y espero ser capaz de darle algún método que pueda probarle mi tesis.

El capítulo posterior relatará las distintas experiencias que he tenido en todas mis existencias con esas «Gestalt en pirámide» de las cuales hablaré en el transcurso del libro, y se referirá a mi propia relación con la personalidad que vosotros llamáis Seth Dos, y con otras conciencias multidimensionales mucho más evolucionadas que la mía.

Ese será mi mensaje al lector: «Esencialmente, vuestra personalidad no es más física que la mía y, cuando os relate cómo es mi realidad, os estaré relatando también la vuestra.»

Habrá un capítulo sobre las religiones del mundo y sobre las verdades y distorsiones que ellas encierran; hablaré de los *tres* Cristos y de algunas verdades concernientes a una

religión perdida que perteneció a un pueblo del cual no tenéis información. Este pueblo vivió en un planeta que estaba en el mismo espacio que ahora ocupa vuestra Tierra, «antes» de que existiera vuestro planeta. Ellos lo destruyeron a causa de sus propios errores y se reencarnaron una vez que vuestro planeta estuvo preparado. Sus recuerdos conformarían luego la base para el nacimiento de la religión como la concebís ahora.

Habrá un capítulo sobre dioses probables y sistemas probables.

Habrá también un capítulo de preguntas y respuestas.

Y habrá un capítulo final en el cual pediré al lector que cierre los ojos y tome conciencia de la realidad en la que existe, y de su propia realidad interna. También le daré el método para hacerlo. En ese capítulo invitaré al lector a usar sus «sentidos internos» para que me pueda ver a su manera.

Aunque mis comunicaciones llegarán exclusivamente a través de Ruburt, para proteger la integridad del material, invitaré al lector a que se haga consciente de mi propia personalidad a fin de que pueda darse cuenta de que es posible la comunicación con otras realidades y que él está también abierto a percepciones que no son físicas.

Éste es el esquema del libro, pero sólo es un esbozo de mis intenciones. No doy un esquema más completo porque no quiero que Ruburt se me anticipe. Veremos con todo detalle la dificultad que encierran estas comunicaciones, y dejaré claro que las llamadas comunicaciones paranormales vienen de distintos niveles de la realidad y describen la realidad en la que existen. Por lo tanto, yo describiré la mía propia y otras que también conozco. Con esto no quiero decir que no existan otras dimensiones que desconozco. Dictaré el libro durante nuestras sesiones.

Éste será el título de nuestro libro *(sonrisa): Habla Seth: La eterna validez del alma.* Uso el término «alma», porque es un concepto que tiene significado para la mayoría de los lectores.

Os sugiero que os equipéis con buenas plumas y bolígrafos.

Como conozco el esfuerzo que requiere escribir un libro, sentí cierta cautela cuando Seth habló de escribir el suyo propio. Aunque sabía perfectamente que él podía hacerlo, una parte dubitativa mía se decía: «Sin duda *El material de Seth* es realmente significativo, pero ¿qué sabe Seth de escribir un libro, o sobre la organización que ello requiere, o sobre cómo dirigirse al público?».

Rob me decía constantemente que no me preocupara. Mis amigos y los alumnos de mis clases estaban atónitos de que fuera precisamente yo la que albergase dudas, pero yo me decía que era la persona más indicada para albergarlas. Bueno, ya había una declaración de intenciones. ¿Sería Seth capaz de seguir adelante?

Seth comenzó a dictar el libro en la siguiente sesión, la 511, el 21 de enero de 1970 y lo acabó en la 591, el 11 de agosto de 1971. Sin embargo, no todas esas sesiones estuvieron dedicadas a dictar el libro; algunas lo estuvieron a asuntos propios, otras a determinada gente que necesitaba ayuda y otras a contestar preguntas filosóficas sin conexión con en el libro. Yo también tomé unas pequeñas vacaciones, pero, a pesar de todas estas interrupciones, Seth siempre retomaba el dictado en el punto preciso donde lo había dejado.

Durante el tiempo en que Seth trabajaba en su libro, yo trabajaba cuatro horas al día en uno propio, tenía mis clases semanales de percepción extrasensorial y además estaba anegada por la correspondencia que suscitó la publicación de

El material de Seth. También comencé a dar una clase semanal sobre escritura creativa.

Por pura curiosidad le eché un vistazo a los primeros capítulos del libro de Seth, pero luego me mantuve apartada de él. Rob me hablaba de vez en cuando de algún pasaje que pensaba podría interesar a mis alumnos. Aparte de eso, no presté atención alguna al libro, permitiendo que Seth lo realizara. Es decir, aparté su trabajo de mi cabeza y a veces no veía el manuscrito durante vanos meses.

La lectura del libro acabado fue una experiencia deliciosa. En su totalidad me resultaba algo completamente nuevo, a pesar de que cada una de sus palabras había salido a través de mis labios y había dedicado muchas noches en estado de trance a su producción. Esto me resultaba especialmente raro, ya que como escritora estaba acostumbrada a organizar mi propio material, seguirle la pista y empollarlo como una gallina clueca.

Debido a mi experiencia personal como escritora, soy consciente de lo difícil que resulta traducir material del inconsciente a la realidad consciente. Eso se hace aún más obvio cuando estoy escribiendo un poema. Sea lo que sea lo que suponga el libro de Seth, ciertamente requiere una gran cantidad de actividad inconsciente operando a toda máquina. Era por lo tanto natural que hiciese comparaciones entre mi propia experiencia creativa consciente y el proceso de trance requerido para escribir el libro de Seth. Quería descubrir por qué sentía que el libro de Seth era *su libro,* divorciado del mío propio. Si ambos provenían del mismo inconsciente, ¿cómo es que encontraba diferencias subjetivas en mis sentimientos?

Estas diferencias se hicieron evidentes desde el principio. Cuando estoy escribiendo un poema y me llega la inspiración, me embarga la emoción y me invaden sentimientos de

urgencia y descubrimiento. Pero, justo antes de que esto ocurra, se presenta una idea no se sabe de dónde, según parece, como si me fuera «dada». Sencillamente aparece, y de ella emanan nuevas conexiones creativas.

Me siento alerta y receptiva, suspendida en un extraño estado de elasticidad psíquica entre la atención serena y la pasividad. Cuando estoy en ese punto, el poema en sí mismo o la idea son lo único que importa en el mundo. Es el gran compromiso personal, el trabajo y el juego requeridos para ayudar a la idea a «emerger» lo que hace que el poema sea mío.

Estoy acostumbrada a este tipo de experiencias desde mi temprana niñez, y ellas constituyen la piedra angular de mi existencia. Sin ellas, o cuando no estoy trabajando en ese terreno, me siento apática y triste. De alguna manera ahora experimento el mismo sentido de creación personal mientras escribo esta introducción. Me «pertenece.»

No me sentía conectada de esa manera al libro de Seth y no tenía conciencia del proceso creativo requerido. Yo entraba en trance, al igual que hago de manera regular en nuestras sesiones. Seth dictaba el libro a través de mí, hablando por mis labios. El trabajo creativo era tan ajeno a mí que a ese respecto no podía reconocerlo como propio. A cambio se me daba el libro de Seth como un producto completo -y excelente por demás- por el cual me siento, desde luego, extremadamente agradecida.

Aun así, he llegado a la conclusión de que sólo mis escritos me proporcionan la clase de satisfacción creativa que necesito, es decir, la implicación consciente con el material inconsciente y «la emoción de la caza». El hecho de que Seth haga su trabajo no me absuelve de hacer el mío. Sentiría que me falta algo, si no pudiera continuar mi libro.

Cualquiera podría decir, por supuesto, que en el libro de Seth los procesos ocultos están tan alejados de mi propia conciencia, que el producto final *sólo parece* venir de otra personalidad. Únicamente puedo manifestar aquí mis sentimientos y señalar que el libro de Seth y el manuscrito de seis mil páginas de *El material de Seth* no tienen nada que ver con mi propia responsabilidad o expresión creativa. Si ambos vienen del mismo inconsciente, sería lógico que no hubiera diferencias entre la capacidad productiva.

A pesar de todo, soy consciente del hecho de que yo era necesaria para poder producir el libro de Seth. Él necesita de mi habilidad con las palabras e incluso, creo, de mi manera de pensar. Mi experiencia como escritora ayuda a la producción de su material y también a darle forma, aunque todo eso se haga de una manera inconsciente. Asimismo son importantes ciertas características personales, supongo, como por ejemplo la habilidad con la que puedo cambiar el centro de atención de mi conciencia.

Seth lo da a entender en el capítulo cuarto cuando dice: «Ahora la información de este libro está dirigida en cierta manera por los sentidos internos de la mujer que está en trance mientras yo lo dicto. Un esfuerzo tal es el resultado de una precisión interna altamente organizada y un gran entrenamiento. [Ella] no podría recibir la información de mí -no podría traducirla ni interpretarla- si estuviera intensamente concentrada en el entorno físico.»

Sin embargo, si lo miramos simplemente como ejemplo de producción inconsciente, el libro de Seth muestra claramente que la organización, el discernimiento y el razonamiento no son sólo cualidades de la mente consciente, lo cual muestra a su vez el alcance y la actividad de que es capaz el ser interno. No creo que yo sola hubiese podido hacer algo semejante al libro de Seth. Lo más que podría haber

conseguido sería, quizá, algún poema o ensayo notable, y así y todo les habría faltado la unidad, continuidad y organización globales que Seth ha dado al libro.

Además, suelo tener experiencias especiales durante las sesiones, que parecen compensar mi falta de conciencia durante el proceso creativo. A menudo participo de la gran energía y sentido del humor de Seth, por ejemplo, lo cual me permite gozar de una riqueza emocional y conectarme con su personalidad en extraños niveles. Puedo sentir claramente sus cambios de ánimo y vitalidad, aunque no estén dirigidos a mí, sino a la persona con la cual Seth se comunica en ese momento. Puedo sentirlas cuando pasan a través de mí.

Como muestran las notas de Rob, con frecuencia tengo otro tipo de experiencias cuando hablo como Seth. En ocasiones tengo visiones internas que unas veces ilustran lo que dice Seth -de modo que recibo información de dos maneras distintas-, y otras son totalmente independientes del mensaje. También he tenido experiencias «fuera del cuerpo» durante las sesiones, en las que he visto acontecimientos que en realidad sucedían a miles de kilómetros.

Seth muestra en este libro que la esencia humana es multidimensional, es decir, que existimos en vanas realidades a la vez, y que el alma o ser interno no es algo separado de nosotros, sino el verdadero medio que nos permite existir. Él hace hincapié en que la «verdad» no se encontrará yendo de maestro en maestro, de iglesia en iglesia, o de disciplina en disciplina, sino mirando dentro del ser. El conocimiento íntimo de la conciencia, los «secretos de universo», no son por lo tanto verdades esotéricas escondidas a la gente. Son tan naturales al hombre como el aire, y están disponibles para aquellos que las busquen con sinceridad observando su fuente interna.

Seth ha escrito un libro que es, en mi opinión, un clásico en su género. A pesar de referirme a él cautelosamente como «una personalidad», me siento obligada a añadir que Seth es un buen filósofo y un psicólogo sagaz, gran conocedor de los recovecos de la personalidad humana y de los triunfos y derrotas de la conciencia humana.

Me siento, desde luego, intrigada por el hecho de que este libro haya sido escrito a través de mí sin que mi mente consciente estuviera presente en cada momento, buscando, organizando y criticando ansiosamente, como hace con mi propio trabajo. En ese caso, aunque mi capacidad creativa e intuitiva goce de plena libertad, la mente consciente ejerce total control. Pero este libro no ha sido escrito «por sí mismo», como parece suceder con algunos de mis poemas. A menudo un escritor dice que cierto libro «se escribió solo», y yo sé a lo que se refiere. Éste, en cambio, procede de una fuente específica y no de «por ahí fuera», y trasluce además la personalidad de su autor, que no es la mía.

Esta aventura creativa podría ser la iniciación de una personalidad, Seth, que escribe libros. Seth podría ser a su vez, una creación, al igual que lo es este libro. En ese caso, sería un ejemplo excelente de arte multidimensional hecho en un nivel tan alto de inconsciencia, que el «artista» no tiene conocimiento de su propio trabajo y se sorprende ante él como cualquier otra persona.

Se trata de una hipótesis interesante. De hecho, Seth habla sobre arte multidimensional en este libro, pero en realidad hace algo más que escribir libros. Es una personalidad totalmente desarrollada que se interesa en distintas materias: escribir, enseñar y ayudar a otros. Su sentido del humor es muy particular y muy distinto del mío. Es sumamente perspicaz, a su manera más terrenal que etérea. Conoce el arte de explicar teorías complejas de una manera simple y

directa, de persona a persona, y, lo que es aún más importante, es capaz de relacionar esas ideas con el vivir cotidiano.

Seth suele aparecer en sueños a mis alumnos y les da instrucciones de trabajo. A veces son métodos para desarrollar sus capacidades y otras para conseguir ciertas metas. Casi todos mis alumnos tienen frecuentemente «sueños de enseñanza» en los que Seth se dirige a ellos como a un grupo con el que realiza experimentos oníricos. En ocasiones ellos lo ven tal como Rob lo describe, y otras veces les habla a través de mi imagen, como en las sesiones normales. Muchas veces me he despertado mientras estas sesiones oníricas tenían lugar, con las palabras de Seth aún en el fondo de mi mente.

No es infrecuente que mis alumnos sueñen con Seth o incluso conmigo, pero ciertamente Seth mantiene a sus ojos una posición independiente y se ha convertido en un vehículo de instrucción aun en estado de sueño. En otras palabras, no sólo ha producido *El material de Seth* y este libro, sino que también entra en la mente y en la conciencia de muchas personas.

Y eso en apenas siete años, lo cual no deja de ser un gran logro para cualquier personalidad, sea cual sea su estado. Pero, para una personalidad no física, es verdaderamente extraordinario. Adjudicar toda esta actividad a una quimera del inconsciente me parece demasiado. (Durante ese tiempo yo he publicado dos libros, terminado otro, y empezado un cuarto. Menciono esto para mostrar que Seth no ha interferido en mi creatividad.)

Rob y yo nunca nos referimos a Seth con la palabra «espíritu», pues no nos gusta la connotación del término. En realidad, lo que objetamos es la idea convencional de lo que es un espíritu, por ser una extensión de un concepto bastante

limitado de la personalidad humana, sólo que proyectada casi sin cambios en el más allá. Puede considerarse que Seth es una representación dramática del inconsciente, o bien una personalidad independiente. Personalmente, no veo por qué estas afirmaciones han de ser contradictorias. Seth podría ser una representación dramática que actúa en un papel real, y que trata de explicarnos su amplia realidad en los únicos términos que nosotros podemos entender. Ésta es mi opinión, hasta el momento.

Ante todo, creo que el término «inconsciente» resulta bastante pobre para referirse a un sistema psíquico real y abierto con raíces hondamente entrelazadas que unen todo tipo de conciencias, una red a la que estamos todos conectados. Nuestra individualidad sale fuera de él, pero también ayuda a configurarlo. Esta fuente contiene información pasada, presente y futura; sólo el ego experimenta el concepto de tiempo que nos es conocido. También creo que este sistema abierto contiene otros tipos de conciencia además de la nuestra.

Debido a mi experiencia personal, principalmente en viajes astrales, estoy convencida de que la conciencia no depende de la materia física. Es cierto que la expresión física es ahora mi manera principal de existencia, pero eso no me hace pensar que todo tipo de conciencia sea físico. Creo que sólo un egoísmo ciego se atrevería a definir la realidad en sus propios términos o a proyectar sus propias limitaciones y experiencias a otro tipo de existencias.

Acepto la idea de Seth sobre la personalidad multidimensional como la describe en este libro, porque mi propia experiencia y la de mis alumnos parecen confirmarla. Y pienso también que en ese sistema de conciencia tan abierto y de tan ilimitada fuente, hay un Seth independiente que opera de manera muy distinta de la nuestra.

¿En qué manera? Para ser franca, debo decir que no lo sé. La mejor explicación de mi punto de vista la expresé en un breve trabajo intuitivo que escribí para una de mis clases de percepción extrasensorial, donde intentaba aclarar mis ideas, no sólo para mí misma, sino también para mis estudiantes. Rob me había mencionado a «los que hablan», como Seth los llama en este libro: personalidades que han hablado continuamente al hombre a través de los siglos para recordarle su sabiduría interna, a fin de que ésta nunca se olvide. Esta idea sugestiva fue la que me inspiró a escribir el corto ensayo que incluyo aquí, en el que expongo el entorno en que, a mi juicio, Seth y otros como él podrían existir.

«Nos formamos de una manera que no entendemos. Estamos compuestos de elementos, sustancias químicas y átomos, y aun así conseguimos hablar y llevar un nombre. De alguna manera organizamos nuestra materia interna y externa para que luego se condense y se convierta en carne y hueso. Nuestra personalidad o identidad brota de una fuente que desconocemos.

»Quizá lo que realmente somos ha esperado siempre, escondido en las posibilidades de creación, disperso y desconocido, en la lluvia y en el viento que asolaron Europa en el s. XIII, en las altas cordilleras, en las nubes que recorrieron los cielos de otros tiempos y lugares. Como partículas de polvo, quizá hayamos entrado en las casas griegas. A lo mejor hemos sido precipitados dentro y fuera de la conciencia y la inconsciencia millones de veces, invadidos por un deseo, por un ansia de creatividad y perfección que escasamente alcanzamos a comprender.

»Por eso creo que es posible que ahora haya otros (como Seth), también sin imagen, pero con conocimiento; otros que han sido lo que somos e incluso más, otros que recuerdan lo

que nosotros hemos olvidado. Tal vez por medio de una aceleración de la conciencia hayan descubierto otras dimensiones de la realidad de las cuales también nosotros formamos parte.

»Así que les damos un nombre a aquellos que no lo tienen, al igual que nosotros somos fundamentalmente anónimos. Y los escuchamos, pero normalmente tratamos de convertir sus mensajes en conceptos que nos resulten comprensibles, además de convertirlos en viejas imágenes estereotipadas. Pero ellos, los que hablan, están siempre ahí, en el viento y en los árboles, con forma o sin ella, y de alguna manera quizá mucho más vivos de lo que lo estamos nosotros.

»A través de estas voces, estas intuiciones, estas visiones y estos mensajes internos, el universo nos habla personalmente a cada uno de nosotros. Se están dirigiendo a ti y también a mí. Aprende a oír tus propios mensajes sin distorsionarlos y sin intentar traducirlos a viejos alfabetos.

»Durante las clases (y a menudo también en la vida) creo que respondemos a ellos, a veces incluso los representamos con sabiduría infantil, componemos con ellos unos dramas primitivos e individuales, dramas que tienen en nuestro interior un significado que no podemos expresar con palabras.

»Ésta podría ser el tipo de obra de teatro que los «dioses» consienten, de la que emanan creaciones que se extienden en todas las direcciones. Tal vez respondamos por nuestra cuenta a los dioses internos, con esos destellos íntimos de comprensión que retan a nuestros conocimientos tridimensionales.

»Quizá Seth nos esté llevando fuera de nuestros límites usuales hacia otros reinos que son nuestros por derecho, indispensables tanto si estamos dentro como fuera de la

materia. O podría ser él la voz del conjunto de nuestros seres que nos dice: "Durante los períodos en que tenéis cuerpos conscientes, recordad cómo era y cómo será el no tener cuerpo, el ser una energía en libertad sin nombre, pero con una voz que no necesita lengua, con una creatividad tal que no necesita carne. Nosotros somos como vosotros, pero al revés."»

Pero, sean cuales fueren mis ideas sobre Seth o sobre la naturaleza de la realidad, este manuscrito debe ser considerado un libro en sí mismo. Desde luego, lleva la marca de la personalidad de Seth al igual que todo libro lleva indeleblemente impreso el sello de su autor. Las ideas que contiene merecen ser escuchadas, sin importar la fuente de la cual proceden y, sobre todo, debido a ella.

Al principio de nuestras sesiones pensé en publicarlas como si el material fuera mío, sin hacer ninguna referencia a su procedencia, para que se lo aceptara por su valía. Pero luego no me pareció justo, porque la manera en que se produce el material de Seth es parte de su mensaje y además lo refuerza.

Reproducimos el dictado de Seth en el mismo orden en que lo recibimos y no tachamos ni añadimos nada. Ciertamente él conoce la diferencia entre el lenguaje hablado y el escrito. Sus clases son mucho más espontáneas, y en ellas hay un alto nivel de participación. El estilo del libro se parece más al de nuestras sesiones privadas, en las que Seth nos transmite el cuerpo de su material. Definitivamente da mayor énfasis al contenido, recalca más lo escrito que lo hablado.

No hemos cambiado la estructura de las frases de Seth a excepción de contadas ocasiones (alguna vez partí en dos una frase muy larga, por ejemplo). Él nos ha indicado casi toda la

puntuación, de modo que nos hemos limitado a poner los puntos y las comas, los guiones y los paréntesis donde él lo sugería, suprimiendo sus instrucciones para no distraer al lector. Seth también nos ha pedido que subrayemos ciertas palabras.

Sus frases son a menudo largas, especialmente para la comunicación verbal, pero él nunca se pierde ni confunde su sentido o la sintaxis. Cuando nos parecía que eso había sucedido, repasábamos las notas originales de la sesión y encontrábamos que el error se había cometido en la transcripción. (Destaco esto porque yo he intentado dictar mis cartas a un magnetófono con bastante poco éxito. Después de unas pocas frases, tenía grandes dificultades en recordar lo que había dicho o mi manera de expresarlo.)

Hemos incluido a veces algún material que no es del libro cuando consideramos que era relevante, que arrojaba alguna luz sobre el método de presentación o que nos permitía conocer al propio Seth. Como indican las notas de Robert, Seth comenzó a dictar el apéndice tan pronto como terminó el libro. Curiosamente, no me di cuenta de que había empezado a dictarlo y estuve vanos días preguntándome quién iría a hacerse cargo de él -y, si era Seth, cuándo iba a comenzarlo.

Y, finalmente, una última nota de interés sobre el mismo tema. Normalmente escribo tres borradores de mi trabajo e, incluso así, a veces me quedo insatisfecha. Este libro ha sido escri-

to a partir del primer borrador. Además Seth fue capaz de seguir más fielmente su esquema de trabajo de lo que lo hago yo, aunque a veces se haya desviado un poco de él, de acuerdo con el derecho que asiste a todo autor.

A partir de aquí, Seth habla por sí mismo.

JANE ROBERTS

Elmira, Nueva York, 27 de septiembre de 1971

PRIMERA PARTE

1. NO TENGO CUERPO FÍSICO Y, SIN EMBARGO, ESTOY ESCRIBIENDO ESTE LIBRO

SESIÓN 511, 21 DE ENERO DE 1970

21.10 MIÉRCOLES

(Al empezar estas notas debo mencionar que hay ciertos cambios notables en Jane, cuando canaliza a Seth.)

(Normalmente Jane entra y sale rápidamente del estado de trance. Durante las sesiones, a excepción de cortos instantes, mantiene los ojos abiertos, pero a veces están entreabiertos o abiertos normalmente, y otras, desmesuradamente abiertos y más oscuros de lo habitual. Utiliza su mecedora Kennedy, aunque de vez en cuando se levanta y se pasea por la habitación. Suele fumar cuando está en trance y bebe un poco de vino, cerveza o café. Cuando su trance ha sido muy profundo, necesita unos minutos para «salir realmente», como ella dice. Casi siempre tomamos un tentempié después de las sesiones por muy tarde que sea.)

(Cuando está en trance, su voz puede ser coloquial en su tono, volumen y ritmo, pero con una amplia variedad de tonos. Por lo general es más grave y fuerte que la suya «propia». De vez en cuando habla bastante alto con su «voz de Seth», y ésta es más poderosa, con tonos claramente masculinos y una energía evidente. Sin embargo, la mayoría de las sesiones son bastante tranquilas.)

(Seth habla con un acento difícil de definir. Algunos dicen que es ruso, otros irlandés, alemán, holandés, italiano e incluso francés. Una vez Seth comentó, con gran sentido del humor, que su manera de hablar era debido a su «pasado cosmopolita» adquirido a través de muchas vidas. Jane y yo pensamos que es simplemente su acento personal y que las personas reaccionan a él de acuerdo a sus antecedentes étnicos y emocionales.)

(Hay otros dos cambios que Jane manifiesta cuando está en trance. Uno es que sus gestos se vuelven más desmañados. El otro es que hay un reajuste de sus músculos faciales que le produce cierta tirantez, creo que debido al gran flujo de energía -o de conciencia- que recibe. A veces, cuando el efecto es muy intenso, siento inmediatamente la presencia de Seth.)

(Creo que esos cambios de Jane durante las sesiones son debidos a su recepción creativa de una entidad, una esencia, a la que llamamos Seth, y a su idea personal de cómo comportarse cuando está representando al género masculino. Su transformación en Seth es original, y resulta muy interesante observarla y participar en las sesiones. Sin tener en cuenta su condición, Seth es una presencia muy especial y amable. Yo siento que oigo a otra personalidad y que dialogo con ella.)

(Antes de la sesión. Jane dijo sentirse bastante nerviosa; pensaba que Seth iba a empezar su propio libro esa noche. Esa sensación de nerviosismo es bastante infrecuente en estas sesiones. Conseguí calmarla diciéndole que no pensase en nada y dejase que el libro fluyera a su manera.)

Te deseo buenas noches, Joseph.

(-Buenas noches, Seth.)

Nuestro amigo Ruburt padece el típico miedo a salir a escena, y en cierto sentido es explicable, así que seré indulgente con él.

De todas formas vamos a empezar el capítulo uno. *(Sonrisa.)* Si Ruburt quiere puede escribir la introducción. *(Pausa.)*

CAPÍTULO UNO

Bien, habéis oído hablar de los cazafantasmas. Se me podría llamar un escritor fantasma, aunque no apruebo la palabra «fantasma». También es verdad que normalmente no se me suele ver en forma física. Tampoco me gusta la palabra «espíritu»; pero, si vuestra definición del término representa la idea de una personalidad sin cuerpo físico, tendré que aceptar que encajo en esa descripción.

Aunque me dirijo a un público invisible, sé que mis lectores existen. Del mismo modo, le pido a cada uno de ellos que me conceda el mismo privilegio.

Escribo este libro a través de una mujer a la que aprecio mucho y a la que he cogido mucho cariño. A algunos les resulta extraño que cuando me dirijo a ella la llame «Ruburt» y la trate de «él», pero sucede que la he conocido en otros tiempos y lugares con nombres diversos. Unas veces ha sido hombre y otras mujer, y a la identidad completa que ha vivido esas vidas separadas se la puede designar con el nombre de Ruburt.

Sin embargo, los nombres no son importantes. Yo me llamo Seth. Un nombre es simplemente una designación, un símbolo;

así que, si vosotros estáis obligados a llevar uno, yo lo haré también. Escribo este libro con la colaboración de Ruburt, que habla en mi nombre. En esta vida se llama Jane, y Robert Butts, su marido, toma notas de las palabras que Jane transmite. Yo lo llamo Joseph.

Mis lectores quizá supongan de sí mismos que son criaturas físicas, atadas a un cuerpo físico, encarceladas en carne, hueso y piel. Si creéis que esta existencia depende de la imagen corporal, os consideráis en peligro de extinción, ya que no hay forma física que dure y nadie, por muy bello que sea en su juventud, retiene el mismo vigor y encanto en la edad madura. Si os identificáis con vuestra juventud, o vuestra belleza, o vuestro intelecto y vuestros logros, entonces os torturaréis constantemente, al saber que estos atributos pueden desvanecerse y lo harán.

Escribo este libro para deciros que eso no sucede así. Esencialmente, no sois un ser más físico de lo que pueda serlo yo, y yo he ocupado y abandonado más cuerpos de los que puedo contar. Una personalidad que no existe no puede escribir un libro. Yo soy bastante independiente de la imagen física, y también lo sois vosotros.

La conciencia crea la forma, y no al contrario; No todas las personalidades son físicas. Lo que sucede es que estáis tan preocupados por las cuestiones de vuestra existencia diaria, que ello os impide daros cuenta de que hay en vosotros una parte que conoce que su poder es superior a lo que demuestra su yo ordinario.

Todos habéis tenido otras existencias, y ese conocimiento existe dentro de vosotros aunque no seáis conscientes de él. Espero que este libro ayude a despertar el yo intuitivo de mis lectores y que les permita traer a la conciencia aquellas intuiciones que les sean útiles.

Empiezo este libro a finales de enero, según vuestro tiempo, en 1970. Ruburt es ahora una mujer de pelo oscuro, delgada e inteligente, que en estos momentos está sentada en su mecedora, hablando en mi nombre.

(Larga pausa a las 21.35.) Mi conciencia está bien centrada dentro de Ruburt. La noche es fría. Ésta es nuestra primera experiencia de escribir un libro completo en estado de trance, y en cierta manera Ruburt estaba un poco nerviosa antes de comenzar la sesión. No es sólo cuestión de que esta mujer hable en mi nombre: se necesita una serie de manipulaciones y ajustes psicológicos. Hemos establecido entre nosotros -es decir, entre Ruburt y yo- lo que yo llamo un puente psicológico.

Cuando hablo a través de Ruburt no lo hago exactamente igual que si utilizase un teléfono. Hay una especie de extensión psicológica, una proyección de caracteres por ambas partes, y es eso lo que uso para establecer la comunicación. Más adelante explicaré cómo se crea y sostiene esta estructura psicológica, pues es como una carretera que hay que mantener limpia de basuras. Para leer este libro, os sería de gran ayuda que os preguntaseis a vosotros mismos quiénes sois en lugar de preguntaros quién soy yo, porque no podéis entender quién soy a menos que podáis entender la naturaleza de la personalidad y las características de la conciencia.

Si creéis firmemente que vuestra conciencia está encerrada en algún lugar de vuestro cráneo y es incapaz de escaparse de ahí, si pensáis que vuestra conciencia termina en los límites de vuestro cuerpo, quiere decir que os valoráis en poco y pensaréis que soy una ilusión. Pero yo no lo soy más de lo que podáis serlo vosotros, y ésta podría ser una frase cargada de intención.

Con toda sinceridad *(sonrisa)* puedo decir esto a mis lectores: soy mucho más viejo que vosotros, al menos por lo que se refiere a la edad tal como vosotros la concebís.

Si un escritor puede ser calificado como autoridad en función de su edad, en ese caso deberían darme una medalla. Soy una esencia de energía de la personalidad que ya no está enfocada en la materia física. Y, como tal, tengo conciencia de ciertas verdades que muchos de vosotros parecéis haber olvidado.

Espero poder recordároslas. Y no hablo tanto a esa parte vuestra que creéis que es vuestro ser, sino a esa otra parte que no conocéis, la que de alguna manera habéis negado y tenéis un tanto olvidada. Es esa parte vuestra la que está leyendo este libro, [incluso] mientras «vosotros» lo estáis leyendo.

Me dirijo a los que creen en Dios y también a los que no creen, a los que piensan que la ciencia será capaz de encontrar todas las respuestas sobre la naturaleza de la realidad y a los que creen que no lo logrará. Espero poder daros indicios que os permitan estudiar la naturaleza de la realidad por vosotros mismos, como nunca antes la habíais estudiado.

Hay ciertas cosas que debo pedir que comprendáis. No estáis atrapados en el tiempo, como una mosca en una botella cerrada que no puede usar sus alas. Vuestros sentidos físicos no son fiables a la hora de daros la verdadera imagen de la realidad. Son unos mentirosos encantadores que cuentan un cuento tan fantástico que lo creéis sin cuestionarlo. A veces sois más inteligentes, más creativos y tenéis mucha más capacidad de conocimiento cuando estáis soñando que cuando estáis despiertos. Estas aseveraciones os pueden parecer dudosas en este momento, pero espero

que, cuando hayamos terminado, veáis que son incuestionables.

Lo que os voy a contar ya ha sido contado a lo largo de los siglos, y se ha repetido cuando se olvidaba. Espero poder aclarar algunos puntos que se han distorsionado a través de los tiempos;

asimismo, ofrezco mi propia interpretación sobre otros, porque el conocimiento no existe en el vacío y toda información debe ser interpretada por la personalidad que la posee y la pasa a otros. Por lo tanto, yo describo la realidad de la manera en que la conozco, y también mis experiencias en distintos niveles y dimensiones.

Eso no quiere decir que no existan otras dimensiones. Yo tengo conciencia desde un tiempo anterior a la formación de vuestra Tierra. Para poder escribir este libro -y en la mayoría de mis comunicaciones con Ruburt- adopto de mi propio depósito de personalidades pasadas aquellas características que me parecen apropiadas. Hay muchas personalidades como yo, que ya no están enfocadas en la materia física o en el tiempo. Nuestra existencia os puede resultar extraña simplemente porque vosotros no conocéis el verdadero potencial de la personalidad y estáis hipnotizados por vuestros limitados conceptos.

(Pausa; luego añade humorísticamente:) Podéis tomaros un descanso.

(—Gracias.)

(22.18. Jane salió del trance con bastante facilidad, aunque éste había sido profundo. Quedó sorprendida de que hubiese pasado tanto tiempo. También se sintió muy aliviada por el hecho de que Seth hubiese comenzado su libro, mientras la mantenía a ella bajo control. «Es muy listo», dijo riendo.)

(Seth continuó con su libro a las 22.34.)

Soy esencialmente un profesor, aunque nunca he sido un ilustrado *per se.* Soy principalmente una personalidad que trae un mensaje: vosotros creáis el mundo que conocéis. Os ha sido dado quizá el don más imponente de todos: la habilidad de proyectar vuestros pensamientos y convertirlos en forma física.

Este don conlleva una responsabilidad. A muchos os tienta estar orgullosos del éxito de vuestra vida, y echáis la culpa de vuestros fracasos a Dios, a la casualidad y a la sociedad. De igual modo, la humanidad tiene tendencia a proyectar sus propias faltas y errores a una imagen de Dios padre, quien sin duda debe de estar ya harto de tanta protesta.

El hecho es que cada uno de vosotros crea su propia realidad física, y todos juntos creáis tanto la gloria como el horror que hay en vuestra experiencia terrestre. Hasta que no os deis cuenta de que sois vosotros los creadores, os negaréis a aceptar esta responsabilidad. Tampoco podéis culpar al demonio de las desgracias del mundo. Ya os habéis vuelto lo bastante evolucionados para comprender que el demonio es una proyección de vuestra propia psique, pero aún no sois lo suficientemente sabios para aprender a usar vuestra creatividad de una manera constructiva.

A la mayoría de mis lectores les es familiar la expresión «limitado físicamente». Como raza os habéis convertido en «limitados por el ego», y os habéis mantenido en una gran rigidez espiritual, negando o distorsionando las partes intuitivas del ser hasta un punto tal, que ahora no las podéis reconocer.

(Pausa a las 22.45.) Se está haciendo tarde. Mis dos amigos deben madrugar. Ruburt trabaja en dos libros propios y debe dormir lo suficiente. Antes de acabar esta sesión os pido que

imaginéis nuestro «escenario», ya que Ruburt me ha dicho que un escritor debe tener cuidado al montar su escena. *(Divertido.)*

Hablo a través de Ruburt dos veces por semana, los lunes y los miércoles, aquí, en este amplio salón. Las luces están siempre encendidas. Esta noche me resulta especialmente agradable mirar a través de los ojos de Ruburt el rincón invernal ahí fuera.

La realidad física me ha resultado siempre estimulante y, gracias a la cooperación de Ruburt para escribir este libro, constato que no me equivoqué al apreciar sus especiales encantos. Hay otro personaje que debe ser mencionado: Willy, el gato, un querido monstruo que está durmiendo ahora.

(Willy dormía, roncando apierna suelta, sobre nuestro viejo televisor. De manera que estaba justo detrás de la cabeza de Jane, sentada en su mecedora.)

La naturaleza de la conciencia animal es por sí misma un tema sumamente interesante que consideraremos más adelante. El gato es consciente de mi presencia y en algunas ocasiones ha reaccionado a ella de una manera bastante evidente. Espero poder mostrar en este libro la interacción constante que hay entre todas las unidades de conciencia, la comunicación que salta más allá de las barreras de las especies, y en alguna de nuestras charlas usaremos a Willy como ejemplo.

Podéis tomaros un descanso o terminar la sesión, como prefiráis.

(-Bien, pues creo que la terminaremos...)

Mis mejores deseos para los dos.

(-Gracias.)

(Pausa y sonrisa.) Espero que os guste.

(-Buenas noches, Seth.)

(23.00. Jane salió del trance con rapidez. Había mantenido un buen ritmo a lo largo de la sesión. Dijo que estaba contenta de que Seth hubiera comenzado a trabajar en su libro. «Durante mucho tiempo -dijo—, cada vez que pensaba que Seth quería empezar el libro, tenía miedo de dejarle que lo hiciera.»)

(Jane se preguntaba si debía leer el libro a medida que Seth lo producía. Os sorprenderá saber que Jane no leyó el manuscrito hasta que estuvo terminado. Decidimos que no importaba si lo hacía o no, así que finalmente decidió leer todo el material cuando yo terminara de mecanografiarlo.)

SESIÓN 512, 27 DE ENERO DE 1970

21.02 MARTES

(La sesión programada normalmente para los lunes tuvo que posponerse para esta noche.)

(El ritmo de Jane era bastante lento y con muchas pausas. Algunas están indicadas en estas notas. Su voz tenía un tono medio; frecuentemente tenía los ojos abiertos.)

Buenas noches.

(-Buenas noches, Seth.)

Bien, volvamos a nuestro nuevo manuscrito. Como hemos mencionado a los animales, debo decir aquí que ellos poseen un tipo de conciencia que no les permite tantas libertades

como la vuestra; pero, por otro lado, no se ven estorbados por ciertas características que a menudo dificultan a los humanos el ejercicio de todo el potencial práctico de su conciencia.

La conciencia es una manera de percibir las distintas dimensiones de la realidad. La conciencia que conocéis vosotros es muy especializada. Los sentidos físicos os permiten percibir el mundo tridimensional, pero al mismo tiempo, debido a su propia naturaleza, pueden inhibir la percepción de otras dimensiones igualmente válidas. Muchos de vosotros os identificáis con vuestro ser diario, físicamente orientado. Nunca se os ocurriría identificaros sólo con una parte de vuestro cuerpo y hacer caso omiso de todas las otras; sin embargo, es eso lo que estáis haciendo *(sonrisa)* cuando os creéis que vuestro ser egotista es el que lleva la carga de vuestra identidad.

Estoy diciendo que no sois una bolsa cósmica de carne y huesos que se mantiene unida a causa de la mezcla de ciertos elementos y agentes químicos. Estoy diciendo que vuestra conciencia no es un producto repentino formado por mero accidente debido a la interrelación de ciertos componentes químicos.

No sois un retoño abandonado de materia física, ni vuestra conciencia ha sido creada para desvanecerse como una bocanada de humo. Al contrario, formáis el cuerpo físico que conocéis a un nivel inconsciente muy profundo, haciendo uso de un gran discernimiento, una milagrosa claridad y un íntimo conocimiento inconsciente de cada mínima célula que lo compone. Y todo esto no lo digo en sentido simbólico.

Dado que vuestra mente consciente, tal como la conocéis, no está despierta a estas actividades, no lográis identificaros con esa otra porción interna de vuestro ser. Preferís identificaros con aquella otra parte vuestra que mira la

televisión, trabaja o cocina: la parte que vosotros creéis que sabe lo que está haciendo. Pero esa porción vuestra, aparentemente inconsciente, es muchísimo más erudita, y la totalidad de vuestra existencia física depende de su buen funcionamiento.

Esa porción es consciente, sabe y está alerta. Sois vosotros los que estáis tan concentrados en la realidad física que no escucháis su voz, que no comprendéis que ella es esa gran fuerza psicológica de la que emana vuestro ser físicamente orientado.

Yo llamo «ego interno» a esa aparente inconsciencia, pues dirige las actividades internas. Correlaciona la información recibida, no a través de los sentidos físicos, sino a través de otros canales internos. El es el perceptor interno de la realidad que existe más allá de la tridimensional, y lleva consigo el recuerdo de cada una de vuestras existencias pasadas. Puede ver las dimensiones subjetivas, que son prácticamente infinitas, y es de esas dimensiones subjetivas de donde fluyen todas las realidades objetivas. *(Larga pausa.)*

A través de esos canales internos se os da toda la información necesaria, y existe además toda una serie de increíbles actividades internas que suceden antes de que podáis ni tan siquiera mover un dedo, pestañear o leer una frase en esta página. Esa porción de vuestra identidad es bastante clarividente y telepática de forma innata; os avisa de los desastres antes de que ocurran, aunque no siempre aceptéis conscientemente el mensaje, y toda esa comunicación tiene lugar en menos tiempo del que se tarda en emitir una sola palabra.

(Suavemente:) Puedo hacer pausas de vez en cuando para que descanséis.

(-No, estoy bien.)

El «ego externo» y el ego interno trabajan juntos, uno para ayudaros a manejar el mundo que conocéis, el otro para traeros esas delicadas percepciones internas sin las cuales no se podría mantener la existencia física.

Sin embargo, hay una parte vuestra -la identidad interna, que conforma los egos externo e interno— que tomó la decisión de que fueseis un ser físico en esta era y en este tiempo. *Esa* es la esencia de vuestra identidad, la semilla psíquica de la cual brotasteis, la personalidad multidimensional de la que formáis parte.

Para aquellos que se pregunten dónde coloco yo el subconsciente según lo describen los psicólogos, diré que en cierta manera os lo podéis imaginar como un lugar de encuentro entre el ego interno y el externo. Recordad que no hay divisiones reales en el ser; aun así, hablamos de sus distintas partes para aclarar la idea básica.

Como nos dirigimos a individuos que se identifican con el «ser consciente normal», toco este tema en este primer capítulo ya que usaré esos términos más adelante en el libro, y también porque quiero hacer constar lo antes posible el hecho de la personalidad multidimensional.

No podréis comprenderos a vosotros mismos ni aceptar mi existencia independiente, hasta que os desembaracéis del concepto de que la personalidad es un atributo de la conciencia «aquí y ahora». Muchos de los conceptos que expongo en este libro sobre la realidad física os pueden resultar sorprendentes, pero debéis tener en cuenta que yo la veo desde un punto de vista totalmente diferente.

(Jane hacía frecuentes pausas al hablar como Seth. Tenía los OJOS *cerrados a menudo.)* Vosotros estáis ahora enfocados ente*ramente en esta realidad, preguntándoos*

quizá qué habrá fuera... si es que hay algo. Yo estoy fuera y he vuelto momentáneamente a una dimensión que conozco y que he amado. No obstante, hablando en vuestros términos, no resido en ella y, aunque tengo «pasaporte» psíquico, debo enfrentarme a ciertos problemas de traducción e inconvenientes en el acceso.

He oído decir que hay gente que ha vivido toda su vida en la ciudad de Nueva York y nunca ha visitado el edificio del Empire State, mientras que hay muchos extranjeros que lo conocen muy bien. Así, aunque tengáis una residencia física, yo os puedo hacer ver milagrosas estructuras psíquicas y psicológicas que existen dentro de vuestro sistema de realidad y que vosotros desconocéis.

Con toda franqueza, espero hacer mucho más que eso. Confío en poder llevaros por un recorrido a través de los niveles de realidad a los que tenéis acceso, y guiaros en un viaje a través de las dimensiones de vuestra propia estructura psicológica, para mostraros áreas enteras de vuestra conciencia de las que habéis permanecido relativamente bastante inconscientes. Por lo tanto, no sólo espero explicar los aspectos multidimensionales de la personalidad, sino también que cada lector pueda llegar a vislumbrar la enorme identidad a la que pertenece.

(Suavemente.) Podéis hacer un descanso.

(22.07. Jane salió del trance rápidamente y con facilidad. No tenía ni idea de si su ritmo había sido lento o rápido, ni del paso del tiempo. Dijo tener la impresión de que el material de Seth estaba muy concentrado y dirigido al lector, y que él estaba intentando hacernos llegar sus ideas lo más concisa y claramente posible.)

(Luego Jane añadió que había estado muy cansada antes de la sesión. La continuó en el mismo estado a las 22.29.)

El ser que vosotros conocéis no es más que un fragmento de vuestra identidad total. Sin embargo, todos los otros seres que la conforman no están enhebrados juntos como las cuentas de un collar. Se parece más a las capas de una cebolla, o quizá a los gajos de una naranja, todos conectados por una misma vitalidad y desarrollándose en distintas realidades aunque todos brotan de la misma fuente.

No pretendo comparar vuestra personalidad con una naranja o con una cebolla, pero quiero destacar que, al igual que ellas crecen de dentro a fuera, lo mismo hace cada fragmento del ser completo. Lo que vosotros observáis es el aspecto externo de un objeto. Vuestros sentidos físicos os permiten percibir su forma externa, a la cual reaccionáis, pero en cierta manera también vuestros sentidos físicos os fuerzan a percibir la realidad de esta manera, y la vitalidad interna de la materia y de la forma no son tan evidentes.

Os puedo decir, por ejemplo, que hay conciencia incluso en un caracol, pero pocos de mis lectores serán capaces de tomarme lo suficientemente en serio para pararse en mitad de esta frase e ir a decirle buenos días o buenas tardes al primer caracol que encuentren en un palo. No obstante, los átomos y moléculas que forman parte del caracol poseen su propio tipo de conciencia. Los átomos que conforman las páginas de este libro, son también conscientes a su nivel. No existe nada -ni roca, ni mineral, ni planta, animal o aire- que no posea la conciencia propia a su especie. Por consiguiente, estáis permanentemente en medio de una constante conmoción vital, en una Gestalt de energía consciente, y al mismo tiempo estáis compuestos físicamente de células conscientes que llevan dentro el conocimiento de su identidad propia y que cooperan voluntariamente en la formación de la estructura corporal que es vuestro cuerpo físico.

Quiero decir, por supuesto, que no existe nada a lo que pueda llamarse materia muerta. No existe un solo objeto que no haya sido formado a través de la conciencia, y cada conciencia, sea cual sea su grado de evolución, es afortunada poseedora de la sensación y de la creatividad. No podréis entender lo que sois, a menos que comprendáis estos conceptos.

Sólo por conveniencia os cerráis a las múltiples comunicaciones internas que conectan la más mínima parte de vuestro cuerpo; pero, aun como criaturas físicas, sois hasta cierto punto porciones de otras conciencias. El ser no tiene límites: su potencial es ilimitado. *(Pausa.)* Sin embargo, vuestra ignorancia os lleva a adoptar limitaciones artificiales. Por ejemplo, podéis identificaros solamente con vuestro ego externo y así disociaros de las capacidades que os son inherentes. Podéis negarlas, pero no podéis cambiar el hecho de que existen. La realidad es multidimensional, aunque muchas personas escondan la cabeza, figurativamente hablando, en las arenas de la existencia tridimensional y crean que no existe nada más.

(En tono festivo:) Con este libro pretendo sacar algunas cabezas de la arena. Podéis terminar la sesión o hacer una pausa.

(-Haremos una pausa. -La pausa duró de 22.59 a 23.10.)

Bien, pronto terminaremos el capítulo uno. Ya queda poco. *(Divertido.)* Esto no es para el libro.

No quiero subestimar el ego externo: sois vosotros los que lo habéis sobreestimado. Tampoco habéis reconocido su verdadera naturaleza.

Tenemos más que decir sobre este punto, pero esto es suficiente por ahora, para que os deis cuenta de que vuestro

sentido de la continuidad y de la identidad no depende de vuestro ego.

Por ahora, en ciertos momentos usaré el término «camuflaje» referido al mundo físico con el que se relaciona el ego externo, ya que la forma física es uno de los camuflajes que adopta la realidad. El camuflaje es real, pero detrás de él hay una realidad mucho mayor: la vitalidad que le da forma. Vuestros sentidos físicos os permiten percibir ese camuflaje, pues están adaptados a él de una manera sumamente especializada. Pero para poder sentir la realidad que esconde la forma, se requiere una clase diferente de atención y ciertas manipulaciones más delicadas de las que permiten los sentidos físicos.

El ego es un dios celoso que quiere que sus intereses sean servidos. No quiere admitir la realidad de otras dimensiones, excepto aquellas en las que se siente cómodo y que es capaz de comprender. Su objetivo era constituir una ayuda, pero le habéis permitido convertirse en un tirano. A pesar de todo, es mucho más flexible y está más ansioso de aprender de lo que se supone normalmente. No es por naturaleza tan rígido como se cree, y su enorme curiosidad puede ser de gran ayuda.

Si tenéis una concepción limitada de la naturaleza de la realidad, el ego hará todo lo posible para manteneros en ese pequeño espacio cerrado de la realidad que aceptáis. Si, por el contrario, dejáis vuestra intuición e instintos creativos en libertad, ellos podrán comunicar cierto conocimiento de otras dimensiones mayores a esa porción de vuestra personalidad orientada físicamente.

(23.35. Esta sesión tuvo que interrumpirse porque Rooney, uno de nuestros gatos, quería salir a pasar la noche fuera. Seth se había portado bien. Jane salió rápidamente del trance. Cuando hube dejado el gato fuera, esperó durante

unos minutos y luego decidió dar la sesión por terminada. No parece que el capítulo uno esté aún terminado.)

SESIÓN 513, 5 DE FEBRERO DE 1970

21.10 JUEVES

(Normalmente esta sesión la hubiésemos tenido ayer, pero Jane quería probar hacerla un jueves por variar. Antes de la sesión dijo: «Aún me vuelve el miedo a entrar en escena cuando pienso que es Seth el que escribe este libro él sólito». Y, cuando comenzó la sesión, Seth inmediatamente retomó el trabajo de «su» libro.)

Buenas noches.

(-Buenas noches, Seth.)

Bien, continuemos.

El objeto de este libro es probar que el ego no tiene todos los recursos de la personalidad para sí solo, porque no hay duda alguna de que este libro lo escribe otra personalidad distinta de la de la escritora conocida como Jane Roberts. Teniendo en cuenta que Jane Roberts no tiene capacidad alguna que no sea inherente a la totalidad de la raza humana, debe al menos admitirse que la personalidad humana posee muchos más atributos que aquellos que se le adjudican normalmente. Espero poder explicar lo que es esta capacidad y señalar los caminos que cada individuo puede usar para poder liberar ese potencial.

La personalidad es una Gestalt[2] de percepciones eternamente cambiantes. Es la parte de la entidad que percibe. Yo no estoy inculcándole mis percepciones a la mujer a través de la que hablo, ni su conciencia desaparece durante nuestras comunicaciones. Lo que ocurre es que ella logra

[2] Gestalt: término aplicado a unidades organizadas de experiencia y de conducta. (N. de la. T.)

expandir su conciencia, proyectar su energía y dirigirla fuera de la realidad tridimensional.

Esta concentración fuera del sistema físico podría dar la impresión de que su conciencia ha desaparecido. Pero lo que ocurre realmente es que su conciencia aumenta. Desde mi propio campo de la realidad, yo enfoco mi atención hacía ella, pero las palabras que dice -las palabras escritas en estas páginas- no son verbales en sus comienzos.

En primer lugar, el lenguaje tal como lo conocéis es un acontecimiento muy lento: enhebrar letra a letra para poder conseguir una palabra, y las palabras entre sí para construir frases, que son el resultado de un esquema de pensamiento lineal. El lenguaje, como vosotros lo conocéis, es parcial y gramaticalmente el producto final de las secuencias de vuestro tiempo físico. Vosotros sólo podéis concentraros en cierto número de cosas a la vez, y la estructura de vuestro lenguaje no es apta para la comunicación de la intrincada experiencia simultánea.

Yo conozco una clase diferente de experiencia, no lineal, y puedo concentrarme en una infinita variedad de acontecimientos simultáneos, y reaccionar a ellos. Ruburt nunca podría expresarlos, por lo cual tenemos que reducirlos a la expresión lineal para poder comunicarlos. Esta capacidad de percibir eventos simultáneos ilimitados y reaccionar a ellos es característica básica de todo ser completo o entidad, de modo que no lo reivindico como una hazaña exclusivamente mía.

Mis lectores están en el presente cómodamente instalados en la forma física, y presumo *(con sentido del humor)* que sólo conocen una pequeña parte de sí mismos, como dije antes. La entidad es la totalidad de la identidad de la cual su personalidad es una manifestación, una parte independiente y eternamente válida. Sin embargo, durante estas

comunicaciones la conciencia de Ruburt se expande y es capaz de enfocarse en una dimensión distinta, una dimensión que está entre su realidad y la mía, un campo relativamente libre de distracción. Con su permiso y asentimiento imprimo en él ciertos conceptos, que no son neutros, pues todo conocimiento o información lleva la impronta de la personalidad que lo guarda o que lo comunica.

Ruburt hace que su conocimiento verbal esté disponible para nuestro uso, y de manera bastante automática los dos juntos producimos las diferentes palabras que luego se pronuncian. En ocasiones ocurren distracciones, y la información puede ser distorsionada; pero ahora ya estamos acostumbrados a trabajar juntos y las distracciones son muy escasas.

También proyecto a Ruburt parte de mi energía, y su energía y la mía juntas activan su forma física durante nuestras sesiones (y ahora, mientras pronuncio estas frases). También existen muchas otras ramificaciones de las que hablaré más adelante.

Podéis descansar ahora.

(21.46 a 21.55.) Por consiguiente, no soy producto del subconsciente de Ruburt más de lo que él pueda serlo de mi mente subconsciente. Tampoco soy una personalidad secundaria que inteligentemente trata de socavar un ego precario. De hecho, me he ocupado de que todas las partes de la personalidad de Ruburt, obtengan un beneficio y de que se mantenga y respete su integridad.

Hay en su personalidad una facilidad única que hace posible nuestra comunicación. Trataré de decirlo de manera sencilla:

hay en su psique una especie de urdimbre dimensional transparente que sirve casi como una ventana abierta a través de la cual se pueden percibir otras realidades, una

abertura multidimensional que de alguna manera no ha resultado oscurecida por las sombras de la óptica física.

Los sentidos físicos os impiden normalmente ver esos canales abiertos, ya que sólo son capaces de percibir la realidad de acuerdo con su propia imagen. Hasta cierto punto, yo entro en vuestra realidad a través de esa especie de urdimbre psicológica que comunica con vuestro espacio y tiempo. Dicho de otra manera, ese canal abierto sirve muy bien como camino entre la personalidad de Ruburt y la mía, y hace posible la comunicación entre nosotros. Estas urdimbres psíquicas y psicológicas entre las distintas dimensiones de la existencia no son infrecuentes, aunque no sucede a menudo que se las reconozca y menos aún que se las utilice.

(Otra de las muchas largas pausas. Aun así, el ritmo de Jane era más rápido y más seguro que en las dos primeras sesiones dedicadas al libro de Seth. También dijo que le gustaba todo lo que Seth había transmitido hasta el momento.)

Trataré de daros alguna idea de cómo es mi propia existencia no física, y ojalá ello sirva para recordaros que vuestra identidad física básica es tan poco física como la mía.

Este es el final del capítulo uno.

(-De acuerdo.)

2. MI ENTORNO, MI TRABAJO Y MIS ACTIVIDADES ACTUALES

(Eran las 22.16. Jane hizo una pausa y se frotó los ojos.)

Empezaremos el capítulo dos.

Aunque mi entorno difiere en varios aspectos importantes del de mis lectores, os puedo asegurar, con moderada ironía, que es tan vivido, variado y vital como el de la existencia física. Es más placentero -aunque mi idea del placer ha cambiado algo desde que yo era un ser físico-, más gratificante y ofrece más oportunidades para la realización creativa.

Mi existencia presente es la más estimulante de todas las que he conocido, y he conocido muchas, tanto físicas como no físicas. La conciencia no física no reside en una sola dimensión, al igual que no hay un único país en vuestro planeta, ni un único planeta en vuestro sistema solar.

Mi entorno actual no es aquel en el que os vais a encontrar inmediatamente después de vuestra muerte. No puedo evitar el hablar humorísticamente, pero aún tenéis que morir muchas veces antes de que entréis en este plano particular de existencia. (El nacimiento es más traumático que la muerte. A veces morís y no os dais cuenta, pero el nacimiento implica casi siempre un reconocimiento repentino y profundo de algo totalmente desconocido. Así que no tenemos necesidad alguna de temerle a la muerte. Y yo, que he muerto muchas más veces de las que puedo contar, estoy escribiendo este libro para podéroslo comunicar.)

Mi trabajo en este entorno me proporciona muchos más estímulos que ninguno de los que vosotros conocéis y, además, requiere el manejo de materiales creativos que están casi fuera del alcance de vuestra comprensión actual. Pronto os contaré más sobre esto. Ante todo debéis entender que no existe la realidad objetiva, sino aquella que es creada a través de la conciencia. Es siempre la conciencia la que crea la forma, y no al contrario. Así que mi entorno es una realidad de existencia creada por mí y por otros iguales a mí y representa la manifestación de nuestro desarrollo.

No usamos estructuras permanentes. Por ejemplo, no existe una ciudad o pueblo en el que yo habite. Tampoco quiero insinuar que estemos ahí fuera en un espacio vacío. En primer lugar, no concebimos el espacio como lo hacéis vosotros, ya que podemos darle forma a cualquier imagen particular que queramos tener a nuestro alrededor.

Estas imágenes las crean nuestros patrones mentales, al igual que vuestra realidad física se crea como una réplica perfecta de vuestros pensamientos y deseos internos. Creéis que los objetos existen de manera independiente a vosotros, y no os dais cuenta de que son la manifestación de vuestros seres psíquicos y psicológicos. Nosotros somos conscientes de que creamos nuestra propia realidad, así que lo hacemos con una importante dosis de alegría y libertad creativa. Vosotros os sentiríais completamente desorientados en mi entorno, pues os parecería falto de coherencia.

Sin embargo, conocemos las leyes internas que gobiernan toda «materialización». Hablando en vuestros términos, yo puedo hacer que sea día o noche, según prefiera, o ir a cualquier período de vuestra historia. Esas formas cambiantes no molestarían en absoluto a mis asociados, ya que las interpretarían como pruebas palpables de mi estado de humor o de mis sentimientos e ideas.

(Mientras transmitía este párrafo, Jane -que aún estaba en trance-fue a la cocina a buscar una caja de cerillas; quería encender un cigarrillo.)

Básicamente la permanencia y la estabilidad no tienen nada que ver con la forma, sino con la integración del placer, el propósito, el logro y la identidad. Yo «viajo» a otros muchos niveles de existencia para poder cumplir con mis deberes, que son principalmente los de profesor y educador, y para ello utilizo las ayudas o técnicas que me sean más útiles en esos sistemas.

En otras palabras, puede suceder que enseñe la misma lección de muchas maneras distintas de acuerdo con la capacidad y las presunciones propias del sistema en el que debo operar. Para esas comunicaciones, y para este libro, utilizo una parte de mi ser de entre las muchas personalidades de mi identidad. En otros sistemas de realidad, esta personalidad determinada de Seth que yo -la identidad mayor de Seth- adopto aquí no se entendería.

No todos los sistemas de realidad están orientados hacia lo físico, e incluso hay algunos que desconocen totalmente la forma física. Tampoco les es natural el sexo tal como lo conocéis vosotros. Por consiguiente, no quiero comunicarme con vosotros como una personalidad masculina que ha tenido muchas existencias físicas, aunque ésa sería una porción de mi identidad muy válida y legítima.

¿Tienes la mano cansada?

(-No, estoy bien. -22.54.)

Bien. Cuando estoy en mi entorno doméstico, puedo asumir la forma que quiera y puedo variarla, y lo hago según mi pensamiento. Vosotros, en cambio, creáis vuestra propia imagen física a nivel inconsciente, más o menos de la misma manera, pero con importantes diferencias. Normalmente no os dais cuenta de que creáis vuestro cuerpo físico en cada momento, y de que éste es el resultado directo de vuestra concepción interna de lo que creéis que sois, o de que experimenta importantes cambios físicos y electromagnéticos al ritmo de vuestro pensamiento en eterno movimiento.

Nosotros, que conocemos desde hace mucho tiempo la dependencia que existe entre la forma y la conciencia, somos capaces de cambiar totalmente de forma, para que ésta responda fielmente a cualquier matiz de nuestra experiencia interna.

Podéis tomaros un descanso o terminar la sesión, según prefiráis.

(-Tomaremos el descanso.)

(23.00. Jane estaba en estado de trance profundo, aunque pareció salir de él con bastante rapidez. Dijo que era consciente de cada palabra a medida que las iba transmitiendo en la sesión, pero que las olvidaba casi de inmediato. Sin embargo, a las 23.05 se dio cuenta de que no había «salido completamente» durante el descanso, después de todo. Continuamos a las 23.07.)

Esa habilidad para cambiar la forma es inherente a toda conciencia. Sólo varía el nivel de pericia y realización. Podéis verlo en vuestro propio sistema, pero en versión ralentizada, si observáis la forma cambiante que toma la materia viviente a través de su historia «evolutiva».

Bien, nosotros además podemos asumir varias formas distintas a la vez, por decirlo así, algo que vosotros también podéis hacer aunque generalmente no os dais cuenta. Vuestra forma física puede permanecer dormida e inerte en la cama mientras vuestra conciencia viaja en sueños a lugares muy distantes. Podéis crear simultáneamente una «forma mental» de vosotros mismos, idéntica en todos los aspectos, que podría aparecer en la habitación de un amigo, sin que conscientemente os deis cuenta del todo. Por lo tanto, la conciencia no está limitada por las formas que es capaz de crear en un momento dado.

Hablando claramente, estamos algo más avanzados que vosotros en ese sentido, y cuando creamos esas formas lo hacemos con conciencia plena. Comparto mi campo de existencia con otros que más o menos se enfrentan a los mismos retos, a los mismos sistemas de diseño evolutivo. Conozco a algunos de ellos y a otros no. Nos comunicamos

telepáticamente, algo que también está en la base de vuestras lenguas, ya que, sin la telepatía, vuestra simbología carecería de significado.

Aunque nos comunicamos de esa manera, eso no quiere necesariamente decir que usemos palabras mentales, porque no es así. Nos comunicamos por medio de lo que sólo puedo llamar «imágenes térmicas electromagnéticas», capaces de transmitir mucho más sentido en una sola «secuencia». La intensidad de la comunicación depende de la intensidad emocional que la produce, aunque la frase «intensidad emocional» puede prestarse a confusión.

Nosotros sentimos algo equivalente a lo que vosotros llamáis emociones, aunque no son exactamente el amor, el odio o la cólera que conocéis vosotros. La mejor descripción de vuestros sentimientos sería que son materializaciones tridimensionales de acontecimientos psicológicos y experiencias mucho más importantes relacionados con los «sentidos internos».

Os explicaré estos sentidos internos más adelante, al final de este capítulo. Por ahora es suficiente decir que nosotros tenemos experiencias emocionales intensas, aunque éstas difieren en gran medida de las vuestras. Son mucho menos limitadas y mucho más amplias, dado que somos conscientes de la totalidad de nuestro «clima» emocional y sensibles a él. Somos más libres de poder sentir y experimentar porque no tenemos tanto miedo como vosotros de ser inundados por nuestros sentimientos.

Por ejemplo, nuestra identidad no se siente amenazada por las emociones intensas de otra persona. Podemos viajar *a través* de las emociones de una manera que aún no os es natural, y traducirlas a otras facetas de creatividad diferentes de aquellas que os son familiares. No sentimos la necesidad de esconder nuestras emociones, pues ya sabemos que eso

es en el fondo imposible e indeseable. En vuestro sistema las emociones pueden parecer problemáticas, porque aún no habéis aprendido a utilizarlas. Ahora comenzamos a comprender su enorme potencial y el poder de creatividad al que están conectadas.

Por hoy terminaremos la sesión.

(-De acuerdo.)

Mis más cariñosos saludos para ambos. Que paséis una buena noche.

(-Buenas noches, Seth. El material ha sido muy bueno.)

(Todavía como Seth, Jane se inclinó divertida hacia adelante.)

Tú eres el primero en leerlo.

(-Sí. Es un placer.)

(23.37. Jane dijo mas tarde que su trance había sido muy profundo y que sólo sabía que Seth había hablado sobre las emociones.)

SESIÓN 514, 9 DE FEBRERO DE 1970

21.35 LUNES

(En esta sesión estuvieron presentes Carl y Sue Watkinsy su bebé Sean. Carl y Sue asisten a las clases de percepción extrasensorial.)

Buenas noches.

(-Buenas noches, Seth.)

Buenas noches también a nuestros amigos. Habéis venido a ver a un autor creando su obra; así pues vamos a continuar, si os parece bien, con el capítulo dos.

Bien, teniendo en cuenta que somos conscientes de que nuestra identidad no depende de la forma, es evidente que no tememos cambiarla, ya que sabemos que podemos adoptar la forma que deseemos.

Tampoco conocemos la muerte según vuestros términos. Nuestra existencia nos lleva a distintos entornos y nos fundimos *(gesto)* con ellos. Seguimos cualquier regla que rija la forma que exista en esos entornos. Todos los que estamos aquí somos profesores, de modo que adaptamos nuestros métodos para que puedan comprenderlos personalidades con distinta concepción de la realidad.

La conciencia, como he dicho, no depende de la forma, pero siempre busca crearla. No existimos en ninguna estructura temporal como la que conocéis vosotros. Los minutos, las horas y los años han perdido tanto su significado como su fascinación. No obstante, conocemos la situación del tiempo en otros sistemas y debemos tenerlo en cuenta en nuestras

comunicaciones. De lo contrario no se entendería lo que decimos.

No hay barreras reales que separen estos sistemas de los que hablo. Lo único que los separa son las distintas capacidades de las personalidades para percibir y actuar. Vosotros, por ejemplo, estáis en medio de otros muchos sistemas de realidad, pero no podéis percibirlos. Y a veces incluso, cuando algún acontecimiento de esos sistemas de realidad se introduce en vuestra existencia tridimensional, no sois capaces de interpretarlo, porque está distorsionado por el mero hecho de su entrada.

Ya os dije que nosotros no experimentamos la misma secuencia del tiempo que vosotros. Viajamos a través de distintas intensidades. Nuestro trabajo, desarrollo y experiencia tienen lugar dentro de lo que yo llamo «lo importante del momento». Aquí, en lo importante del momento, da fruto incluso el más pequeño de los pensamientos, exploramos la más mínima posibilidad, examinamos concienzudamente las probabilidades, consideramos todos los sentimientos sin tener en cuenta su mayor o menor intensidad. Es difícil explicar esto con claridad, y sin embargo lo importante del momento es la estructura en la que tenemos nuestra experiencia psicológica. Dentro de él, las acciones simultáneas fluyen «libremente» a través de diseños asociados. Supongamos, por ejemplo, que yo pienso en ti, Joseph. Al hacerlo, experimento inmediatamente -e intensamente- tu pasado, presente y futuro (en vuestros términos) y todas aquellas emociones intensas o determinantes que te han embargado, así como su causa. Puedo viajar contigo a través de esas experiencias, si así lo elijo. Podemos seguir, pues, a una conciencia a través de todas sus formas y, para decirlo en vuestros términos, en un abrir y cerrar de ojos.

Una identidad necesita estudios, evolución y experiencia antes de que pueda aprender a mantener su propia estabilidad frente a esa gran cantidad de estímulo constante; y muchos de nosotros nos perdemos y llegamos incluso a olvidar quiénes éramos, hasta que volvemos a despertar a nosotros mismos. Ahora hacemos todo eso de una manera casi automática. En las infinitas variedades de la conciencia, seguimos siendo conscientes de un pequeño porcentaje de la totalidad de los depósitos de personalidades que existen. Cuando tomamos «vacaciones», nos vamos de visita a formas de vida bastante simples y nos fundimos con ellas.

De este modo, nos permitimos cierta relajación y algún sueño, y así podemos pasar un siglo como un árbol o como una forma de vida simple en otra realidad. Deleitamos nuestra conciencia con la dicha de la simple existencia. Podemos crear, como veis, el bosque en el que vivimos. Normalmente somos muy creativos y tenemos la totalidad de nuestra energía enfocada en nuestro trabajo y en nuestros nuevos retos.

A partir de nosotros mismos, de nuestra totalidad psicológica, podemos dar forma a otras personalidades dondequiera que lo deseemos. Aun así, ellas deberán desarrollarse de acuerdo con sus méritos propios usando las cualidades creativas que les son inherentes, y son libres de hacer su propio camino. No obstante, no hacemos esto a la ligera.

Podéis tomar ahora vuestro primer descanso y luego continuaremos.

(22.02. Jane había tenido un trance profundo. Dijo que antes de la sesión estaba exhausta. Habíamos pasado la tarde cambiando los muebles de sitio. Nada parecía perturbar a Seth esa noche una vez que hubo empezado, ni siquiera la lactancia de Sean. Continuamos con el mismo ritmo rápido a las 22.20.)

Cada lector es sólo una pequeña parte de su identidad propia y está evolucionando hacia el mismo tipo de existencia que yo conozco. En la infancia y durante el estado de sueño, toda personalidad es consciente, en cierta medida, de la verdadera libertad inherente a su propia conciencia interna. Estas cualidades de las que hablo son, por consiguiente, características a toda personalidad y a la conciencia como un todo.

Mi entorno, como os he dicho, cambia constantemente, pero también lo hace el vuestro. Cuando eso ocurre, vosotros racionalizáis las percepciones intuitivas válidas que recibís. Por ejemplo, si una habitación de repente os parece pequeña y estrecha, dais por sentado que ese cambio de dimensión es imaginario y que la habitación no ha cambiado a pesar de vuestra sensación.

El hecho es que, en esas condiciones, la habitación habrá cambiado de una manera definitiva y en aspectos importantes, aunque las dimensiones físicas midan lo mismo. El impacto psicológico total de la habitación estará alterado, y otros además de vosotros sentirán el mismo efecto. Entonces atraerá cierto tipo de acontecimientos en lugar de otros, y también alterará vuestra estructura psicológica y vuestra potencia hormonal. Reaccionaréis al estado alterado de la habitación, incluso de manera bastante física, aunque su ancho o largo no parezcan haber variado en metros y centímetros.

Le dije a nuestro viejo amigo Joseph que subrayase la palabra «parezcan» porque vuestros instrumentos no mostrarían alteración física alguna (ya que cualquier instrumento que estuviese dentro de la habitación también estaría alterado en la misma medida).

Vosotros estáis cambiando constantemente la forma, la figura, el contorno y el propósito tanto de vuestro cuerpo físico

como de vuestro entorno íntimo, aunque hacéis todo lo posible por hacer caso omiso de esas alteraciones constantes. En cambio, nosotros les damos rienda suelta, pues sabemos que estamos motivados por una estabilidad interna que puede permitirse hacer uso de la espontaneidad y la creatividad, y somos conscientes de que la identidad espiritual y psicológica depende del cambio creativo.

Por lo tanto nuestro entorno está lleno de exquisitos des-equilibrios, donde permitimos libertad de juego al cambio. Es vuestra propia estructura del tiempo la que os induce a dar por sentada la relativa permanencia de la materia física y os hace cerrar los ojos a las constantes alteraciones que hay en ella. Vuestros sentidos físicos hacen todo lo posible para que sólo percibáis una realidad altamente definida. Sólo mediante el uso de la intuición, cuando dormís y en estado de sueño podéis, por regla general, percibir la naturaleza gozosa y cambiante propia de vuestra conciencia y de cualquier otra.

Uno de mis deberes es instruiros sobre estas materias. Para ello debemos usar conceptos que os resulten al menos completamente familiares. De este modo usaremos esas porciones de nuestra personalidad con las cuales podéis relacionaros en cierta medida.

En nuestro entorno no existe el fin. En vuestros términos diríamos que no nos hace falta el espacio y el tiempo para actuar, un hecho que ejercería una presión enorme sobre cualquier conciencia que careciera de la suficiente formación o desarrollo. No disponemos de un universo sencillo y acogedor donde escondernos. Permanecemos muy alertas a otros sistemas de realidad que nos son extraños y que destellan justo en los límites de la conciencia que nosotros conocemos. Existen muchísimos más tipos de conciencia que formas físicas, cada una con su diseño de percepción propio y dentro de su propio sistema de camuflaje. Sin

embargo, todas tienen el conocimiento interno de la realidad que existe dentro del camuflaje y que compone cualquier realidad, sea cual sea su nombre.

Ahora podéis tomaros un descanso.

(De 22.44 a 22.56.)

Bien muchas de estas libertades os resultan bastante familiares en estado de sueño, a menudo dais forma a distintos entornos de sueño para ejercitar vuestro potencial. Más tarde haré algún comentario acerca de la manera en que podréis reconocer vuestras propias hazañas, para que podáis compararlas con vuestra pericia en la vida física diaria. Por lo tanto, podréis aprender a cambiar vuestro entorno físico, cuando aprendáis a cambiar y a manipular vuestro entorno de sueños. También podréis programar sueños específicos en los que pueda verse el cambio deseado, que aparecerá después en ciertas condiciones en vuestra realidad física. Ahora hacéis esto con frecuencia sin daros cuenta.

La conciencia total adopta distintas formas, y no siempre necesita estar dentro de la forma. No todas las formas son físicas. Incluso hay muchas personalidades que nunca han sido físicas. Han evolucionado por caminos distintos, y sus estructuras psicológicas os resultarían muy extrañas.

Hasta cierto punto yo también viajo a esos entornos. Pero la conciencia debe mostrarse. No puede evitar ser. Si no es física, debe mostrar su actividad por otros medios. En algunos sistemas, por ejemplo, forma armoniosos diseños matemáticos y músicos que sirven a su vez de estímulo a otros sistemas del universo. Sin embargo, no estoy muy relacionado con ellos y por consiguiente no puedo hablar de ellos con familiaridad.

Como os he dicho ya, si mi entorno no tiene una estructura permanente, tampoco la tiene el vuestro. Si yo puedo ser

consciente ahora de la comunicación que establezco a través de Ruburt, cada uno de vosotros también se comunica telepáticamente con otras personalidades y a través de ellas, aunque no sois conscientes de vuestros logros.

Terminaré la sesión por el momento. Me gustaría cantar una nana —esto no es para el libro— al pequeño amigo que tenemos aquí. *(Sean Watkins estaba mamando de nuevo),* pero mi voz no está en condiciones.

Mis mejores deseos para todos. Que tengáis una buena noche. *(Divertido y enfático:)* Y éste es por supuesto el primer y último borrador.

(-Buenas noches, Seth. Gracias, ha sido muy interesante.)

(23.08. El último comentario de Seth al partir fue en contestación a una pregunta que había formulado Sue al principio de la noche, sobre cuantas correcciones iba a necesitar el libro. Jane opinaba que el libro, por ahora, no iba a requerir trabajo alguno excepto la reconstrucción de alguna que otra frase.)

SESIÓN 515, 11 DE FEBRERO DE 1970

21.20 MIÉRCOLES

Buenas noches.

(-Buenas noches, Seth.)

Volvemos a nuestro capítulo dos.

Los sentidos que vosotros usáis son los que crean de manera muy real el entorno que percibís. Vuestros sentidos físicos necesitan la percepción de una realidad tridimensional, pero la conciencia está equipada con perceptores internos. Estos perceptores son inherentes a toda conciencia, sea cual sea su grado de desarrollo, y operan de manera independiente con respecto a los que asume una conciencia concreta cuando adopta una forma especial, como el cuerpo físico, para poder operar en un sistema particular.

Todos mis lectores, por lo tanto, tienen sus sentidos internos y, hasta cierto punto, los utilizan constantemente, aunque su ego no es consciente de hacerlo. En cambio nosotros usamos nuestros sentidos internos conscientemente y con bastante libertad. Si vosotros pudierais hacer lo mismo, percibiríais el tipo de entorno en el que transcurre mi existencia. Veríais una situación sin camuflaje en la que los acontecimientos y las formas serían libres y no estarían atascados en el gelatinoso molde del tiempo. Por ejemplo, veríais vuestro cuarto de estar actual no sólo como un conglomerado de algo que permanentemente parecen muebles, sino que, si pudierais cambiar vuestro enfoque, podríais ver la constante e inmensa danza de las moléculas y demás partículas que componen los distintos objetos.

Podríais ver un brillo parecido a la fosforescencia que es el aura de la estructura electromagnética de la que se componen las moléculas. Si lo desearais, podríais condensar vuestra conciencia hasta hacerla lo suficientemente pequeña para poder viajar dentro de una molécula y, desde el mundo propio de la molécula, contemplar el universo de la habitación y la gigantesca galaxia de unas formas interrelacionadas, siempre en movimiento, parecidas a estrellas. Bien, todas estas posibilidades representan una realidad legítima. La vuestra no es más legítima que otra cualquiera: simplemente es la única que sois capaces de percibir.

Cuando nosotros usamos nuestros sentidos internos, nos convertimos en creadores conscientes, creadores conjuntos. Y vosotros sois creadores conjuntos inconscientes aunque no lo sepáis. Si vuestro entorno aparece desorganizado a vuestros ojos, es sólo porque aún no comprendéis la verdadera naturaleza del orden, que no tiene nada que ver con la forma permanente, aun cuando lo parezca desde vuestra perspectiva.

Las cuatro de la tarde o las nueve de la noche no existen en mi entorno. Y con esto quiero decir que no estoy limitado por el tiempo secuencial. No hay nada que me impida experimentar esas secuencias, si así lo decido. Nosotros experimentamos el tiempo, o lo que vosotros llamaríais su esencia equivalente, según la intensidad de la experiencia: un tiempo psicológico, con sus altibajos propios.

Es algo parecido a los estados emocionales vuestros, en los que el tiempo parece acelerarse o detenerse, pero con importantes diferencias. Si comparamos nuestro tiempo psicológico con las paredes de una habitación, en nuestro caso estarían cambiando constantemente de tamaño, color, ancho y profundidad.

También es diferente nuestra estructura psicológica, prácticamente hablando, puesto que utilizamos conscientemente la realidad psicológica multidimensional que vosotros también poseéis por herencia, pero que no es familiar a vuestro ego. Por lo tanto, es natural que nuestro entorno tenga capacidades multidimensionales que los sentidos físicos nunca podrían percibir.

Cuando dicto este libro, proyecto una porción de mi realidad a un nivel indiferenciado entre sistemas que está relativamente libre de camuflaje. Hablando comparativamente, sería un área interactiva. Si hiciéramos una equiparación con la realidad física, esa área se asemejaría a la que está justo sobre la atmósfera de vuestra Tierra. Sin embargo, estoy hablando de atmósferas psicológicas y psíquicas, y esa área está a suficiente distancia del ser físicamente orientado de Ruburt para que sea posible establecer la comunicación.

Está también de alguna manera lejos de mi entorno, ya que en mi propio entorno tendría cierta dificultad para expresar información en términos físicos. Debéis entender que, cuando hablo de distancia, no me refiero al espacio.

Podéis tomaros un descanso.

(21.56. El trance de Jane había sido profundo, pero salió de él inmediatamente. Continuamos a las 22.22.)

La creación y la percepción están conectadas mucho más íntimamente de lo que cualquiera de vuestros científicos sabe.

En efecto, es verdad que vuestros sentidos físicos crean la realidad que perciben. Un árbol es bastante diferente para un microbio, un pájaro, un insecto o un hombre que estuviera de pie tras él. No quiero decir que el árbol sólo <u>parezca</u> diferente:

es diferente. Vosotros percibís su realidad mediante un conjunto de sentidos sumamente especializados. Eso no quiere decir que su realidad exista en esa forma de una manera más fundamental de la que existe en la forma que percibe el microbio, el insecto o el pájaro. No podéis percibir la realidad relativamente válida de ese árbol en otro contexto que no sea el vuestro. Esto se aplica a todo lo que existe en el sistema físico que conocéis.

No es que esa realidad física sea falsa, sino que su imagen física es sólo una entre un número infinito de maneras de percibir los diversos disfraces con los que se expresa la conciencia. Vuestros sentidos físicos os impelen a traducir una experiencia en percepciones físicas. Vuestros sentidos internos os abren un abanico de posibilidades de percepción, os permiten interpretar una experiencia de una manera mucho más libre, y crear nuevas formas y nuevos canales a través de los cuales podáis conoceros a vosotros mismos.

La conciencia es, entre otras cosas, un ejercicio espontáneo de creatividad. Ahora estáis aprendiendo, en un contexto tridimensional, las diversas vías por las que vuestras existencias emocionales y psíquicas pueden crear gran variedad de formas físicas. Vosotros maniobráis en un entorno físico, y esas maniobras quedan automáticamente impresas en vuestro molde físico. En cambio, vuestro entorno es creativo por sí mismo de una manera diferente de la vuestra. Vuestro entorno muestra su creatividad en esos árboles que dan fruto, en el hecho de que hay un principio de autonutrición, en la tierra que alimenta a los suyos. Los aspectos naturalmente creativos son materializaciones de las más profundas inclinaciones físicas, psíquicas y espirituales de la raza, establecidas, según vuestros términos, hace muchas eras y que conforman el depósito racial de conocimiento psíquico.

Nosotros dotamos a los elementos de nuestro entorno de una creatividad mucho mayor, difícil de explicar. No tenemos flores que crezcan, por ejemplo. Pero la intensidad y la fuerza psíquica condensada de nuestra naturaleza psicológica originan nuevas dimensiones de actividad. Si pintáis un cuadro en la existencia tridimensional, la pintura estará sobre una superficie plana y sólo sugerirá la experiencia tridimensional, que no se puede insertar en él. En nuestro entorno, por el contrario, podríamos crear realmente cualquier efecto dimensional que deseáramos. Ese tipo de facultades no son solamente nuestras: forman parte de vuestra herencia. Como veréis más tarde en este libro, vosotros ejercitáis vuestros sentidos internos y capacidades multidimensionales con mayor frecuencia de lo que parece, en otros estados de conciencia diferentes del estado normal de la vigilia.

Como el entorno que nos es propio carece de elementos psíquicos fácilmente definibles, sólo podréis entender su naturaleza por deducción cuando vaya explicando algunos temas relacionados con él a lo largo del libro. Vuestro propio entorno físico os aparece tal como lo hace debido a vuestra estructura psicológica. Si vuestro sentido de la continuidad personal se basara principalmente en procesos asociativos, en lugar de ser resultado de lo aprendido por el ser a través del tiempo, podríais experimentar la realidad física de una manera completamente diferente. Podríais percibir a la vez objetos del pasado y del presente, cuya presencia se explicaría por conexiones asociativas. Supongamos que vuestro padre ha tenido ocho sillas favoritas a lo largo de su vida. Si vuestros mecanismos perceptivos estuviesen establecidos como resultado de la asociación intuitiva y no por la secuencia temporal, podríais percibir todas esas sillas a la vez; o, al ver una de ellas, tendríais conciencia de las otras. Por lo tanto, el entorno no es en sí mismo algo separado sino el resultado de

patrones perceptivos que están determinados por la estructura psicológica.

Así que, si queréis saber cómo es mi entorno, tendréis primero que entender lo que soy. Para poder explicarlo hablaré sobre la naturaleza de la conciencia en general y, al hacerlo, acabaré contándoos muchas cosas sobre vosotros mismos. Las partes internas de vuestra identidad ya conocen muchas cosas de las que os voy a contar. Parte de mi propósito es relacionar vuestro ser egotista con un conocimiento que ya conocen muchas partes de vuestra conciencia, pero que habéis pasado por alto durante mucho tiempo.

Toda vuestra atención está enfocada de una manera sumamente especializada en un punto brillante y resplandeciente al que llamáis realidad. Existen muchas otras realidades a vuestro alrededor, pero vosotros hacéis caso omiso de su existencia y borráis todos los estímulos que provienen de ellas. Hay una razón que explica ese estado de aturdimiento, como descubriréis, pero debéis despertar poco a poco. Mi propósito es abriros los ojos internos.

Y aquí finalizo esta sesión. Estamos a punto de acabar el capítulo dos. Os doy las buenas noches.

(-Buenas noches, Seth. Ha sido muy bueno.)

(23.12. Jane salió rápidamente del trance, que era profundo. «No recuerdo nada», dijo.)

SESIÓN 518, l8 DE MARZO DE 1970

21.25 MIÉRCOLES

(Jane se había tomado un descanso de mas de un mes.

Sólo mantuvo dos sesiones -una para amigos y otra personal para nosotros- y una para su clase semanal de percepción extrasensorial [las sesiones de las clases no las numeramos]. De vez en cuando Jane se preguntaba qué efecto causaría este período de descanso en el libro de Seth. Sin embargo, después de hacerme comentarios muy agudos sobre mi pintura, Seth continuó el dictado del libro a las 21.33, como si no hubiese mediado tiempo alguno desde el 11 de febrero al 18 de marzo.)

(Una observación: pensé que sería interesante mostrar cuanto tiempo necesita Seth para transmitir cierta cantidad de material acabado para su libro, y por ello apunto el tiempo periódicamente.)

Concedednos un momento. Os daré lo último que falta del capítulo dos y comenzaré el siguiente.

Mi entorno incluye, por supuesto, a esas otras personalidades con las que entro en contacto. La comunicación, la percepción y el entorno difícilmente se pueden separar. Por lo tanto, el tipo de comunicación que utilizamos mis compañeros y yo es de suma importancia en una explicación sobre nuestro entorno.

En el próximo capítulo espero poder daros una idea bastante sencilla de nuestra existencia, del trabajo que hacemos, de la dimensión en la que existimos, de nuestros objetivos y, sobre todo, de los intereses que constituyen nuestra experiencia.

3. MI TRABAJO Y AQUELLAS DIMENSIONES DE LA REALIDAD A LAS QUE ME CONDUCE

(21.43.) Bien, yo también tengo amigos al igual que vosotros, aunque podríamos decir que los míos son de mayor duración. Debéis entender que nosotros experimentamos nuestra realidad de una manera bastante diferente de como lo hacéis vosotros. Nosotros tenemos conciencia de lo que vosotros llamaríais seres pasados, que son esas personalidades que hemos adoptado en existencias distintas.

Debido a que usamos la telepatía poco podemos ocultar al otro, incluso si lo deseáramos. Estoy seguro de que os parecerá una invasión de la privacidad, pero puedo aseguraros que, incluso ahora, ninguno de vuestros pensamientos permanece oculto, sino que vuestros familiares y amigos los conocen con bastante claridad (y debo añadir que, desgraciadamente, también aquellos que consideráis vuestros enemigos). Lo que sucede es que no sois conscientes de este hecho. No quiere decir que todos seamos un libro abierto para los otros; muy al contrario, existe una especie de etiqueta mental, de modales mentales. Nosotros somos más conscientes de nuestros pensamientos de lo que lo sois vosotros. Nos damos cuenta de que somos libres de elegir nuestros pensamientos y los elegimos con discernimiento y finura.

(Pausa a las 21.49.) Hemos comprendido el poder de nuestros pensamientos gracias a las pruebas y los errores de otras existencias. Hemos descubierto que nadie puede escapar de la enorme creatividad de la imagen mental ni de las emociones. Eso no significa que no seamos espontáneos o que tengamos que meditar para escoger un pensamiento u otro por miedo a ser negativos o destructivos. Eso, como decís vosotros, ya lo hemos dejado atrás.

Nuestra estructura psicológica nos permite comunicarnos de una manera mucho más variada de la que os es familiar. Digamos, por ejemplo, que os encontráis a un amigo de la

infancia que habíais olvidado hace tiempo. Puede que tengáis pocas cosas en común, pero aun así podéis pasar una agradable tarde charlando sobre vuestros antiguos profesores y compañeros de clase y establecer una cierta comunicación.

Igualmente, cuando yo me «encuentro» a otro, me puedo relacionar con él mucho mejor sobre la base de una experiencia de vidas pasadas, aunque en mi «ahora» tengamos poco en común. Podríamos habernos conocido tal vez como personas totalmente diferentes en el siglo XIV, y nos comunicaríamos estupendamente charlando sobre esas experiencias, de la misma manera que vosotros y vuestro hipotético amigo conseguiríais una buena relación al recordar el pasado.

Nosotros, en cambio, seríamos conscientes de que somos nosotros mismos: las personalidades multidimensionales que compartieron un entorno más o menos común en un nivel de nuestra existencia. Como veréis, ésta es una analogía simple que nos sirve sólo de momento, porque pasado, presente y futuro no existen en esos términos.

Nuestra existencia no incluye las divisiones del tiempo que os son familiares. Tenemos muchos más amigos y compañeros que vosotros, simplemente porque conocemos las distintas conexiones de lo que por ahora llamaremos encarnaciones «pasadas».

(22.00.) Indudablemente, nosotros tenemos muchos más conocimientos a nuestra disposición, por así decirlo. No existen períodos de tiempo —tal como vosotros los concebís— de los que podamos hablar, pero alguno de nosotros los hemos conocido y llevamos en nuestra memoria la experiencia indeleble aprendida en ese contexto particular.

No sentimos la necesidad de esconder nuestros pensamientos o emociones a los otros, porque conocemos la naturaleza cooperativa de todas las conciencias y realidades, y cuál es la parte que nos toca desempeñar en ellas. Estamos enormemente motivados *(divertido),* ¿pero es que acaso un espíritu podría no estarlo?

(-Supongo que no.)

Como podemos controlar el uso total de nuestra energía, sencillamente no la desperdiciamos en conflictos. No la disipamos, sino que la utilizamos para aquellos propósitos únicos e individuales que son parte básica de nuestra experiencia psicológica.

Bien, todo ser total, o personalidad multidimensional, tiene sus propias metas, misiones y esfuerzos creativos que constituyen una parte inicial y básica de su ser, y que determinan aquellas cualidades que lo hacen eternamente válido y lo motivan a buscar eternamente. Somos totalmente libres de usar nuestra energía en esa dirección. Debemos hacer frente a muchos retos de naturaleza trascendental, y nos damos cuenta de que nuestras metas no sólo son importantes en sí mismas, sino por las sorprendentes ramificaciones que se desarrollan en nuestros esfuerzos por cumplirlas. Cuando trabajamos en nuestras metas, comprendemos que somos sendas brillantes que también pueden ser utilizadas por otros.

También sospechamos -yo ciertamente lo hago- que las metas en sí mismas tendrán resultados sorprendentes, consecuencias increíbles que desconocíamos, y que nos van a conducir a nuevas sendas. Este conocimiento nos ayuda a conservar el sentido del humor.

(22.11.) Cuando uno ha nacido y muerto muchas veces creyendo que cada muerte supondría la extinción, y luego a esa

experiencia sigue el conocimiento de que la existencia aún continúa, entonces le embarga la sensación de la divina comedia.

Estamos empezando a comprender la alegría creativa que hay en el juego. Yo creo, por ejemplo, que toda creatividad y conciencia nace con la cualidad del juego como opuesta al trabajo, con una espontaneidad intuitiva que veo como constante en todas mis existencias y también en la experiencia de aquellos que

conozco.

Por ejemplo, yo me comunico con vuestra dimensión, no porque desee estar en vuestro nivel de realidad, sino porque imagino que estoy allí. Todas mis muertes habrían tenido carácter de aventura, si yo hubiese sabido lo que sé ahora. Por un lado, os tomáis la vida demasiado en serio y por otro no os tomáis la alegre existencia lo suficientemente en serio.

Nosotros gozamos de un sentido del juego enormemente espontáneo, aunque creo que vosotros lo llamaríais juego responsable. Indudablemente se trata de juego creativo. Jugamos, por ejemplo, con la movilidad de la conciencia, comprobando cuán «lejos» la podemos enviar. Constantemente nos sorprenden los productos de nuestra conciencia, las dimensiones de la realidad en las que podemos jugar a la pata coja. Podría parecer que usamos nuestra conciencia inútilmente en esos juegos, pero las vías que abrimos continúan existiendo y pueden ser utilizadas por otros. Dejamos señales a cualquiera que pudiera pasar por allí, señales mentales.

Sugiero que toméis un descanso.

(22.25. Jane salió de trance con facilidad. Había transmitido el material uniformemente, sin largas pausas y con voz regular. Sin embargo, quedó sorprendida de que hubiese

pasado una hora. Mientras dictaba el material, no había recibido imágenes o visiones que pudiera recordar. Continuamos a ritmo mas lento a las 22.35.)

Así pues, estamos muy motivados y no sólo hacemos un uso creativo del juego como método para conseguir nuestros propósitos y metas, sino también por el sorprendente esfuerzo creativo que conlleva.

Bien, en mi trabajo como profesor viajo a muchas dimensiones de existencia, al igual que un profesor viajero daría conferencias en distintos estados y países. Aunque la similitud termina ahí, pues para poder comenzar a trabajar debo crear estructuras psicológicas preliminares y aprender a conocer a mis alumnos incluso antes de que empiece la enseñanza.

(Ahora la transmisión de Jane se hizo más lenta.)

Debo tener un conocimiento profundo del sistema de realidad particular en que operan mis alumnos, de cuál es su método de pensamiento y cuáles son los símbolos que conocen. También debo calibrar correctamente la estabilidad de la personalidad del alumno, y no puedo pasar por alto sus necesidades.

He de alentar al alumno mientras continúa su desarrollo, pero sin sobrepasarme, y presentar mi material de tal manera que tenga sentido en el contexto en que el alumno comprende la realidad, especialmente al principio. Debo tener mucho cuidado incluso antes de comenzar la verdadera enseñanza, para que todos los niveles de la personalidad se desarrollen a un paso más o menos constante.

A menudo presento el material inicialmente sin dar signos de mi presencia, de modo que aparece como una sorprendente revelación. Pero, por muy cuidadosamente que lo presente, seguro que cambiará ideas muy arraigadas en la

personalidad del alumno. Lo que yo le diga es una cosa, pero no cabe duda de que el alumno se verá impulsado a conductas y experiencias psicológicas y psíquicas que podrán parecer bastante extrañas a su pensamiento consciente.

(Pausa a las 22.51.) Los problemas varían según el sistema en el que discurre la existencia de mi alumno. En vuestro sistema, por ejemplo, y hablando de la mujer a través de la que escribo este libro, inicié el contacto mucho antes de que comenzaran nuestras sesiones.

Su personalidad no fue nunca consciente de nuestro primer encuentro. Repentinamente comenzó a experimentar nuevos pensamientos y, como ella es poeta, creyó que eran inspiraciones poéticas. Hace algunos años en un congreso de escritores, se vio envuelta en circunstancias que podrían haberla conducido al desarrollo psíquico antes de que estuviese preparada. En aquel momento el clima psicológico de los asistentes creó las condiciones adecuadas y, sin darse cuenta de lo que pasaba, nuestra amiga (Jane) entró en estado de trance.

(Larga pausa a las 23.01. En 1957, después de que Jane hubo publicado sus primeras historias cortas, fue invitada a un congreso de escritores de ciencia ficción en Milford, Pennsylvania. Mi trabajo me impidió asistir, y Jane fue al congreso con Cyril Korn-bluth [ya muerto], amigo y escritor famoso que vivía cerca de nuestra casa de Sayre, Pennsylvania.)

(Jane entró en trance una noche durante una charla. A partir de ese episodio -que no entendimos como estado de trance hasta varios años después- se formó un grupo de escritores, entre los que se contaba Jane, que se llamaban a sí mismos «Los Cinco». Los miembros de Los Cinco intercambiaban largas y complicadas cartas firmadas en rueda. Los otros

cuatro escritores miembros del grupo eran mucho más conocidos que Jane.)

Yo conocía sus dotes psíquicas desde su infancia, pero la intuición necesaria la iba canalizando a través de la poesía, hasta que su personalidad alcanzó la formación necesaria para este tipo de experiencias. En el caso mencionado, por supuesto, fui informado de lo sucedido y me ocupé de poner fin al episodio y de que no se repitiera.

Sin embargo, no fue una actuación accidental. Casi sin darse cuenta, su personalidad decidió poner sus alas a prueba, hablando figuradamente. Así es que, como parte de mi trabajo, he estado entrenando a esta joven desde su infancia de una manera u otra, como tarea preliminar al trabajo serio que empezó con nuestras sesiones.

Eso forma parte normal de la actividad que desarrollo en muchos otros niveles de existencia. Se trata de un trabajo diversificado, ya que las estructuras varían según las personalidades. Y, mientras que en los sistemas en que trabajo existen similitudes fundamentales, en algunos yo no podría ser profesor, sencillamente porque los conceptos básicos de su experiencia serían extraños a mi naturaleza y los procedimientos de aprendizaje en sí mismos están también fuera de mi experiencia.

Podéis tomaros un descanso.

(23.09. Jane tuvo un buen trance. «No tengo ni idea de qué trataba», comentó. Su ritmo había acelerado un poco. Continuamos a las 23.20.)

Bien, continuaremos el libro en la próxima sesión.

(Seth transmitió algunos párrafos para una mujer que había perdido recientemente a su marido, y que nos había solicitado una sesión.)

Ahora os deseo que paséis una buena noche.

(-Buenas noches, Seth.)

Mis más efusivos saludos... y, si no tuvieseis que tomar notas, podría hablar con vosotros mucho más tiempo.

(-Gracias. -Fin a las 23.30.)

SESIÓN 519, 23 DE MARZO DE 1970

21.10 LUNES

Buenas noches.

(-Buenas noches, Seth)

Bien, la idea que vosotros tenéis del espacio es totalmente errónea. En mis contactos con vuestra esfera de actividad no tengo que atravesar cielos dorados y brillantes como si fuera una especie de superhombre espiritual, para entrar en vuestro

dominio físico.

Volveré a tocar este tema en un capítulo posterior, pero, realmente, el espacio tal y como lo percibís vosotros sencillamente no existe. La ilusión del espacio no sólo está causada por vuestros mecanismos físicos de percepción, sino también por los patrones mentales que habéis aceptado, patrones que adopta la conciencia en vuestro sistema cuando alcanza cierto grado de «evolución».

(21.16. Como en la última sesión, indicaré periódicamente la hora, para mostrar a qué velocidad transmite Seth el material.)

Cuando llegáis, o emergéis a la forma física, vuestra mente no está en blanco, en espera de las inscripciones que la experiencia almacenará en ella, sino que viene equipada con un banco de memoria que sobrepasa en mucho a un ordenador. Cuando os encaráis a vuestro primer día en el planeta, poseéis habilidades y capacidades ya establecidas que pueden ser usadas o no, y que no son meramente el resultado de una herencia, como creéis vosotros.

Podéis imaginaros a vuestra alma o entidad -aunque sólo brevemente y para esta analogía— como una computadora viviente, consciente y dotada de inspiración divina, que programa sus propias existencias y tiempos de vida. Pero esta computadora está dotada de una creatividad tal que todas las personalidades que programa brotan a la conciencia y crean a su vez realidades que ni siquiera el propio ordenador podría soñar.

(21.25.) Sin embargo, cada personalidad llega con una idea incorporada de la realidad en la que va a operar y cuenta con un equipo mental totalmente adaptado a los entornos especializados con que se encontrará. Tiene total libertad, pero debe operar en el contexto de existencia para el que ha sido programada. Aun así, en el lugar más secreto y recóndito de la personalidad está condensado el conocimiento que reside en la computadora como un todo. Debo señalar que no quiero decir que el alma o la entidad sean una computadora, sino que os pido que consideréis la situación desde esa óptica para comprender ciertas cuestiones.

Toda personalidad tiene la capacidad no sólo de alcanzar un nuevo tipo de existencia en su entorno -la realidad física, en vuestro caso-, sino de aumentar creativamente la calidad de su propia conciencia y, de ese modo, abrirse camino a través

de ese sistema especializado, rompiendo las barreras de la realidad a medida que la conoce.

(21.30.) Bien, en todo esto existe un propósito del que también hablaremos más adelante. He mencionado este tema aquí, porque quiero que veáis que vuestro entorno no es *real* en el sentido que pensáis que lo es. Cuando nacéis estáis ya «condicionados» para percibir la realidad de un modo particular y para interpretar esa experiencia de una manera muy limitada aunque también muy intensa.

Debo explicar todo esto antes de poder daros una idea clara de mi entorno, o de aquellos otros niveles de la realidad en los que opero. No hay espacio entre mi entorno y el vuestro, ni límites físicos que nos separen. Y, hablando de una manera muy real, el concepto de la realidad tal y como la perciben vuestros sentidos físicos o vuestros instrumentos científicos, o al que llegáis por deducción, tiene muy poco que ver con los hechos. Y los hechos son difíciles de explicar.

(21.34. Seth-Jane se inclinó hacia adelante gesticulando para dar más énfasis; tenía los ojos oscurecidos y muy abiertos.)

Vuestros sistemas planetarios existen todos a la vez, simultáneamente, tanto en el tiempo como en el espacio. El universo que creéis percibir visualmente o a través de instrumentos parece hallarse compuesto de galaxias, estrellas y planetas que están a distancias diversas de vosotros. Sin embargo, eso es, fundamentalmente, una ilusión. Vuestros sentidos y vuestra propia existencia como criaturas físicas os programan para percibir el universo de esa manera. El universo como lo conocéis no es más que vuestra interpretación de los acontecimientos tal y como se introducen en vuestra dimensión tridimensional. Los acontecimientos son mentales. Eso no significa, por ejemplo, que no

podáis viajar a otros planetas de ese universo físico, ni tampoco que no podáis usar una mesa para mantener libros, copas y naranjas *(que era. lo que contenía nuestra mesa de centro en aquel instante),* aunque la mesa no tenga cualidades sólidas por sí misma.

(21.42. El ritmo de Jane empezó a hacerse mucho más lento después del rápido comienzo.)

Cuando yo entro en vuestro sistema, me muevo a través de una serie de acontecimientos físicos y mentales. Vosotros *interpretáis* que esos acontecimientos están dentro del espacio y el tiempo, y por eso a menudo tengo que utilizar esos términos, ya que debo usar vuestro lenguaje y no el mío.

Vuestras creencias fundamentales son esas ideas preconcebidas de las que os hablé, esos acuerdos en los que basáis vuestras ideas de existencia. Espacio y tiempo, por ejemplo, son creencias fundamentales. Todo sistema de realidad tiene su propia colección de estos acuerdos. Cuando me comunico con vuestro sistema, debo usar y comprender las creencias fundamentales en las que se basa. Forma parte de mi trabajo como profesor el comprenderlas y usarlas, y he vivido varias existencias en muchos de esos sistemas como parte de lo que podríamos llamar mi entrenamiento básico; aunque mis compañeros y yo teníamos otros nombres para ellas.

Podéis tomaros un descanso.

(21.52. Jane salió casi inmediatamente del trance. «Me siento igual que los de ese programa de televisión», dijo, refiriéndose a un programa de ciencia ficción que habíamos visto esa tarde. Trató de explicar una imagen que había recibido justo antes de que Seth empezase a transmitir, a la vez que decía que no era fácil explicarla con palabras. Vi...

un campo que contenía algo parecido a estrellas. Nosotros proyectamos una idea hacia ese campo y luego éste parecía explotar aunque realmente la idea está justo aquí», dijo haciendo un gesto hacia sus manos, bajo su mandíbula.)

(Durante la pausa Jane recibió un mensaje de Seth corto, pero claro: debíamos cambiar nuestra cama para que el cabezal estuviese de nuevo en dirección norte, en lugar de oeste como estaba ahora.)

(Continuamos con ritmo lento a las 22.02.)

La entidad o alma tiene una naturaleza mucho más creativa y complicada de lo que incluso las religiones han supuesto.

Utiliza innumerables métodos de percepción, y tiene bajo su mando muchas otras clases de conciencia. Vuestra idea del alma está realmente limitada por vuestros conceptos tridimensionales.

El alma puede cambiar el enfoque de la conciencia, y utiliza la conciencia al igual que vosotros utilizáis los ojos de la cabeza. Ahora en mi nivel de existencia, y por muy raro que pueda parecer, sencillamente soy consciente de que yo no soy mi conciencia. Mi conciencia es sólo un atributo que puedo usar. Eso se aplica a todos los lectores de este libro, aunque ese conocimiento permanezca escondido. El alma o entidad es mucho más que una conciencia.

Por lo tanto, cuando entro en vuestro entorno, enfoco mi conciencia en vuestra dirección. De alguna manera traduzco lo que soy en un acontecimiento que vosotros podáis entender hasta cierto punto. De una manera mucho más limitada, un artista hace lo mismo cuando trata de expresar lo que es, o una parte de lo que es, en un cuadro. He aquí, al menos, una analogía sugestiva.

Cuando entro en vuestro sistema me introduzco en la realidad tridimensional, y vosotros debéis interpretar lo que pasa a la luz de vuestras creencias fundamentales. Ahora bien: pese a que no os deis cuenta, todos vosotros entráis en otros sistemas de realidad en estado de sueño, aunque sin la total participación de vuestro ser consciente normal. En vuestras experiencias subjetivas dejáis atrás la existencia física y actuáis con un propósito claro y validez creativa, en sueños que olvidáis en el momento de despertar.

Cuando reflexionáis en el propósito de vuestra existencia, lo hacéis con respecto a vuestra vida diaria de vigilia; pero también cumplís vuestro propósito en esas otras dimensiones del sueño. Estáis entonces en comunicación con otras porciones de vuestra identidad, y el trabajo y esfuerzo realizados en ellas son tan válidos como los que hacéis en vuestra vida de vigilia.

(22.17.) Por lo tanto, cuando entro en contacto con vuestra realidad, es como si estuviese entrando en vuestros sueños. Yo puedo ser consciente de mi ser mientras dicto este libro a través de Jane Roberts, y ser también consciente de mí en mi propio entorno; esto es así porque sólo proyecto aquí una parte de mi ser, así como quizá vosotros proyectáis sólo una parte de vuestra conciencia cuando estáis escribiendo una carta a un amigo y seguís conscientes de la habitación en la que estáis. Yo proyecto mucho más de lo que lo hacéis vosotros en una carta, ya que una parte de mi conciencia permanece ahora dentro de la mujer en trance a la que dicto, pero la analogía se aproxima bastante.

Mi entorno, como dije antes, no sería el que corresponde a una personalidad que acaba de morir, pero más tarde os describiré lo que podéis esperar en esas circunstancias. Una gran diferencia entre vuestro entorno y el mío es que vosotros estáis obligados a materializar físicamente vuestros actos

mentales como materia física. Nosotros entendemos la realidad de los actos mentales y reconocemos su genial validez; los aceptamos tal como son y, consecuentemente, no necesitamos materializarlos e interpretarlos de una manera tan rígida.

Vuestro planeta Tierra me ha sido muy querido. Ahora puedo enfocar mi conciencia hacia ella y, si así lo decido, experimentarla de igual modo que vosotros; pero también puedo percibirla de muchas otras maneras que vosotros no podéis en vuestro tiempo.

Ahora algunos de los que estáis leyendo captaréis enseguida intuitivamente lo que digo, porque ya habréis comprendido que veis vuestra experiencia a través de unas lentes figuradas que distorsionan la visión. Recordad también que, si la realidad física es en un amplio sentido una ilusión, es una ilusión causada por una realidad aún mayor. Esa ilusión tiene en sí misma un propósito y un significado.

Podéis descansar ahora.

(22.31. Jane salió rápidamente del trance otra vez, pero no pudo recordar nada del material.)

(Aunque no esperaba una contestación esa misma noche, hice una pregunta que pensé que Jane consideraría, en caso de que fuese ella la que iba a escribir la introducción del libro: ¡Podría ella transmitir la totalidad del libro de Seth, por ejemplo, en un mes de sesiones diarias, o era necesaria cierta cantidad de experiencias y vivencias diarias en un período de meses quizá, a fin de estar preparada para servir como canal?)

(Continuamos al mismo ritmo lento a las 22.45.)

Quizá sería mejor decir que la realidad física es <u>una forma</u> que toma la realidad. Sin embargo, en vuestro sistema estáis

intensamente enfocados en un aspecto relativamente pequeño de la experiencia.

Nosotros podemos viajar libremente a través de muchas de esas realidades, y en este momento, nuestra experiencia incluye nuestro trabajo en cada una de ellas. No pretendo con esto minimizar la importancia de vuestra personalidad actual, ni de la existencia física: todo lo contrario.

La experiencia tridimensional es un valiosísimo lugar de entrenamiento. La personalidad que conocéis ahora perseverará sin duda, y también sus recuerdos, pero sólo es una parte de vuestra entidad total, al igual que vuestra infancia de esta vida es una parte importante de vuestra personalidad actual, aunque ahora seáis mucho más que un niño.

Seguiréis creciendo y desarrollándoos y llegaréis a ser conscientes de otros entornos, incluso si habéis dejado ya la casa de vuestra infancia. Pero los entornos no son cosas objetivas, conglomeraciones de objetos que existen independientemente de vosotros. Por el contrario, sois vosotros los que los formáis y son literalmente extensión vuestra, actos mentales materializados que se expanden de vuestra conciencia.

Os voy a decir exactamente cómo formáis vuestro entorno. Yo formo el mío siguiendo las mismas reglas, aunque el vuestro se compone de objetos físicos y el mío no.

Bien, continuaré con este punto en la próxima sesión.

(-Muy bien.)

(Pausa a las 22.56.) En relación con tu pregunta, el libro podría escribirse tanto en noches consecutivas como con nuestro método actual. Aunque dejo cierto margen a la espontaneidad y a la sorpresa, de manera que podamos usar

cualquier cosa de vuestra experiencia como ejemplo, o como tema sobre el que entablar una discusión que en cualquier caso yo ya tenía programada.

Meramente sugiero que Ruburt pruebe durante una semana el cambio de la cama y luego veremos lo que piensa al respecto.

(-De acuerdo. -Nuestro dormitorio es pequeño y resulta difícil orientar la cama norte-sur; además, en ese caso Jane no podría mirar a través de la única ventana que tiene. Nunca llegamos a orientar la cama de la manera sugerida por Seth.)

Mis más cariñosos deseos para ambos, y os deseo una buena noche.

(—Buenas noches, Seth. Gracias.)

(23.00. «Siento cosas raras -dijo Jane cuando salió del trance—. Siento como si no hubiese pasado mucho tiempo desde que Seth comenzó el libro. Pero subjetivamente creo que hasta el momento hay una gran cantidad de información, que de alguna manera estoy transmitiendo una cantidad acumulada, o una riqueza, de experiencia. Puede ser que esté buscando una expresión disparatada como "riqueza concentrada"...»)

(Jane utilizó entonces la analogía de una biblioteca, sin sugerir con ello que estuviese recibiendo todos esos datos «de una biblioteca perdida en algún lugar».)

SESIÓN 520, 25 DE MARZO DE 1970

21.09 MIÉRCOLES

(Según creíamos), Seth iba a continuar el dictado del

capítulo tres. Unos minutos antes de que empezase la sesión. Jane me dijo que tenía una «vislumbre» de Seth: dos o tres frase. «Normalmente -dijo- me instalo y espero a que empiece la sesión. Pero sigo sin poder explicar cómo lo hago.»)

Buenas noches.

(—Buenas noches, Seth.)

Volvamos a nuestro libro.

(Con pausas.) Finalmente vuestros científicos están descubriendo lo que los filósofos han sabido desde hace siglos: que la mente puede influir sobre la materia. Aún tienen que descubrir el hecho de que la mente crea y forma la materia.

Ahora vuestro entorno más próximo, físicamente hablando, es vuestro cuerpo. No es una especie de maniquí en el que estéis apresados, o algo que exista aparte de vosotros como si fuera una carcasa. Vuestro cuerpo no es bello o feo, saludable o deforme, rápido o lento, porque ése sea el cuerpo que se os dio indiscriminadamente al nacer: vuestra forma física, vuestro entorno corpóreo personal, es la materialización física de vuestros pensamientos, emociones e interpretaciones.

Literalmente, el «ser interno» forma el cuerpo transformando mágicamente pensamientos y emociones en su homólogo físico. Vosotros hacéis crecer vuestro cuerpo, de tal modo que su condición refleja en todo momento vuestro estado subjetivo. Usando átomos y moléculas, construís vuestro cuerpo, y con estos elementos básicos configuráis una forma que llamáis propia.

Intuitivamente sois conscientes de que configuráis vuestra propia imagen y de que sois independientes de ella. No os dais cuenta de que creáis vuestro entorno más amplio y el

mundo físico que conocéis, impulsando a la materia vuestros pensamientos y emociones: un progreso en la vida tridimensional. Por lo tanto, el ser interno, individualmente y en masa, envía fuera su energía psíquica y crea tentáculos que se incorporan a la forma.

(21.23.) Cada emoción y pensamiento tiene su realidad electromagnética propia, completamente única, y está totalmente equipada para combinarse con otras, de acuerdo con los distintos grados de intensidad que podáis darle. Por así decirlo, los objetos tridimensionales se forman de modo semejante a como se forman las imágenes que veis en vuestras pantallas de televisión, pero con grandes diferencias. Y, si no estáis sintonizados en esa frecuencia particular, no podéis en manera alguna percibir los objetos físicos.

(Jane-Seth se inclinó hacia adelante mientras hablaba, para enfatizar sus palabras. Su transmisión era algo distinta esa noche. Pensé que reaccionaba al entorno. Había ruido abajo y sobre nosotros. Jane transmitía una frase, luego hacía una pausa más larga de lo habitual, y su ritmo era más lento que de costumbre.)

Actuáis todos como transformadores y, de manera inconsciente y automática, transformáis unidades electromagnéticas altamente especializadas en objetos físicos. Estáis en medio de un «sistema de materia concentrada» rodeados, por así decirlo, de unas áreas más débiles en las que persiste lo que vosotros llamaríais «pseudomateria». Todo pensamiento y emoción existe espontáneamente como una unidad electromagnética simple o compleja, no percibida aún por vuestros científicos.

(21.27.) La intensidad determina tanto la fuerza como la permanencia de la imagen física en la que el pensamiento o emoción serán materializados. Explico esto en profundidad

en mi propio material. Aquí solo quiero que entendáis que el mundo que conocéis es un reflejo de la realidad interna.

Básicamente estáis hechos de los mismos ingredientes que una silla, una piedra, el cogollo de una lechuga o un pájaro. Todas las conciencias se unen en una labor cooperativa gigantesca, para crear las formas que percibís. Dado que nosotros conocemos eso, podemos cambiar nuestro entorno y nuestra forma física a nuestro antojo y sin confusión alguna, ya que percibimos la realidad que subsiste en ella.

También sabemos que la permanencia de la forma es una ilusión, ya que toda conciencia debe estar en estado permanente de cambio. Nosotros podemos -hablando en vuestros términos- estar en distintos lugares a la vez, pues somos conscientes de la verdadera movilidad de la conciencia. Ahora bien: siempre que pensáis emocionalmente en una persona, enviáis fuera de vosotros un homólogo vuestro, con una intensidad inferior a la de la materia, pero con forma definida. Esta forma que vuestra conciencia proyecta hacia afuera escapa totalmente a la atención del ego. Cuando yo pienso emocionalmente en otra persona, sucede lo mismo, pero envío una parte de mi conciencia dentro de la imagen y puedo comunicarme a través de ella. Podéis tomaros un descanso.

(21.37. Jane salió rápidamente del trance. Los ruidos continuaban en la casa. Le habían molestado durante la transmisión y habían interferido en mis notas. A pesar de todo, quedó sorprendida de que hubiese pasado casi media hora.)

(A las 21.56, cuando estaba esperando para volver a entrar en trance. Jane dijo: «No sé si es porque esta noche estoy cansada o porque los ruidos pueden conmigo, pero me está costando empezar de nuevo...» Continuamos a las 21.58.)

Los entornos son primordialmente creaciones mentales de la conciencia empujadas a distintas formas. Yo tengo un despacho del siglo XIV, que es mi preferido y en el que hallo gran complacencia. No existe en vuestros términos físicos, y sé muy bien que es una producción mental mía. A pesar de todo me gusta mucho, y a veces tomo forma física para sentarme en el escritorio y mirar el paisaje por la ventana.

Ahora vosotros hacéis lo mismo cuando estáis sentados en vuestro salón, pero no sois conscientes de ello; por el momento estáis restringidos, por así decirlo. Cuando me encuentro con mis compañeros, a menudo solemos convertir nuestros pensamientos a diversas formas, por el simple goce de la práctica. Tenemos lo que vosotros llamaríais un juego que requiere cierta experiencia, en el que, por pura diversión, vemos cuál de nosotros puede traducir un pensamiento en el mayor número de formas. *(Pausa.)*

Existen tales cualidades sutiles que afectan la naturaleza del pensamiento, tantos grados de emoción, que ninguna forma puede ser jamás igual a otra *(sonrisa),* así como no hay un solo objeto en vuestro sistema que sea la copia exacta de otro. Los átomos y las moléculas que componen cualquier objeto tienen una identidad propia que colorea y califica todo objeto que forman.

Vosotros aceptáis y percibís la continuidad y la similitud cuando percibís un objeto físico de cualquier clase, y hacéis caso omiso de la desemejanza de un campo dado de realidad. Por ejemplo, vuestros cuerpos no sólo cambian completamente cada siete años, sino que también lo hacen constantemente con cada respiración.

(22.12.) Los átomos y moléculas que componen la carne mueren constantemente y luego son reemplazados. Las hormonas están en estado constante de alteración y movimiento. Las propiedades electromagnéticas de la piel y

las células cambian continuamente e incluso se invierten a sí mismas. La materia física que componía tu cuerpo hace un momento es significativamente diferente de la materia que forma tu cuerpo en este instante.

Si pudierais percibir el cambio constante de vuestro cuerpo con la misma persistencia con la que atendéis a su naturaleza aparentemente permanente, os sorprenderíais de haber considerado alguna vez el cuerpo como una entidad más o menos constante, más o menos integrada. Incluso subjetivamente fabricáis la idea de que el ser consciente es relativamente estable y permanente, y os concentráis en ella. Centráis vuestra atención en esas ideas, pensamientos y actitudes que recordáis del «pasado», como si fueran vuestras, y pasáis por alto otras que os fueron «características», desvanecidas ahora, pasando también por alto el hecho de que no podéis apresar el pensamiento. El pensamiento de hace un momento se desvanece enseguida.

Vosotros tratáis de mantener a un ser físico, subjetivo, constante y relativamente permanente, para así poder mantener un entorno relativamente constante y relativamente permanente. Eso os permite poneros siempre en la posición de hacer caso omiso de ese cambio. Esto que no queréis reconocer es precisamente lo que os daría una mayor comprensión de la verdadera naturaleza de la realidad, de la subjetividad individual y del entorno físico que aparentemente os rodea.

(22.23. Los párrafos anteriores se transmitieron a un ritmo mas rápido.}

¿Qué es lo que le sucede a un pensamiento cuando abandona nuestra mente consciente? No se limita simplemente a desaparecer. Podéis aprender a seguirlo, pero normalmente os asusta el hecho de apartar vuestra atención de su intenso enfoque en la existencia tridimensional. Por consiguiente, os

parece que el pensamiento desaparece. También os parece que vuestra subjetividad tiene una cualidad desconocida y misteriosa, y que incluso vuestra vida mental tiene una especie de precipicio subjetivo por el que caen los pensamientos y recuerdos para desaparecer en la nada. Así pues para protegeros, para evitar que vuestro pensamiento vaya a la deriva, levantáis barreras psicológicas en los puntos que suponéis peligrosos. En cambio, podríais seguir esos pensamientos y emociones simplemente dándoos cuenta de que vuestra realidad continúa en otra dirección, además de aquella con que os identificáis principalmente. Entonces esos pensamientos y emociones que ya han dejado vuestra mente consciente os conducirían a otros entornos.

(22.29.) Esas aberturas subjetivas a través de las cuales parecen desaparecer los pensamientos son de hecho una especie de urdimbre psíquica que conecta el ser que conocéis con otros universos de experiencias, otras realidades donde los símbolos cobran vida y donde no se niega el potencial del pensamiento.

Durante vuestros sueños esas otras realidades y la vuestra se comunican y hay también una interacción constante entre ambos sistemas. Si hay algún punto en el que vuestra conciencia parezca eludiros o escaparse de vosotros, o si hay un punto donde parece que termine vuestra conciencia, ésos son exactamente los puntos donde habéis edificado vuestras barreras psíquicas y psicológicas y son precisamente esas áreas las que deberíais explorar. De lo contrario os sentiréis como si vuestra conciencia estuviese encerrada en vuestro cráneo, constreñida e inmovilizada, lo que hace que cada pensamiento perdido o recuerdo olvidado parezca, al menos simbólicamente, una pequeña muerte. Y ése no es el caso.

Sugiero que toméis un descanso.

(22.36. Esta vez el trance de Jane había sido más profundo, y no hubo ningún ruido que la perturbase. Continuamos a las 22.52.)

Bien, éste es el final del dictado por esta noche.

(Luego Seth estuvo tratando brevemente una experiencia fuera del cuerpo que había tenido Jane en la tarde de ayer.)

Terminaré la sesión con mis más efusivos deseos para ambos, y me gustaría recordar a Ruburt otra vez la sugerencia que le hice sobre su cama.

(—Buenas noches, Seth.)

(23.05. Véase la sesión 519, en que Seth sugiere a Jane que trate de poner su cama orientada norte-sur. Aún no lo hemos hecho.) (Jane continúa leyendo el libro de Seth, pero es evidente que ya no está preocupada por él, aunque su interés sigue tan vivo como siempre.)

4. DRAMAS DE REENCARNACIÓN

SESIÓN 521, 30 DE MARZO DE 1970

21.08 LUNES

(Jane comenzó a, hablar a buen ritmo, con voz regular aunque con alguna pausa.)

Buenas noches.

(-Buenas noches, Seth.)

Empezaremos ahora nuestro próximo capítulo. Es, creo, el número cuatro.

(-Sí.)

Vuestro entorno contiene muchas más cosas de lo que podéis suponer. Anteriormente me he referido a vuestro entorno en cuanto a la existencia física diaria y sus alrededores con los que estáis conectados normalmente. En realidad, sólo sois conscientes de una pequeña parte de vuestro entorno, que es mucho más amplio y extenso. Considerad a vuestro ser actual como el actor de una obra de teatro; no es una analogía nueva, pero es apropiada. La acción transcurre en el siglo XX. Vosotros creáis los accesorios, el decorado, el tema; de hecho escribís y producís la totalidad de la producción y actuáis en ella, vosotros y cualquier otra persona que tome parte en ella.

Sin embargo, estáis tan concentrados en vuestros papeles, tan interesados por esa realidad que habéis creado, tan implicados en los problemas, retos, esperanzas y penas de vuestro papel, que habéis olvidado que se trata de vuestra propia creación.

Ese drama tan intenso y conmovedor, con todas sus alegrías y tragedias, se puede comparar a vuestra vida actual y su entorno, tanto a nivel individual como general.

Pero existen otras obras simultáneas en las que también actuáis vosotros. Esas tienen también su propio escenario, sus propios accesorios. Suceden en distintas épocas. Una se podría llamar «La vida en el siglo XII d.C.», otra «La vida en el siglo XVIII» o «en el año 500 a.C.» o «en el 3000 d.C». También sois vosotros los que creáis esas obras y actuáis en ellas. Sus decorados representan vuestro entorno, el entorno que rodea la totalidad de vuestra personalidad.

Me estoy refiriendo a la parte vuestra que actúa en la obra correspondiente a esta época en particular, y esa porción de vuestra personalidad total está tan enfocada en ese drama, que no sois conscientes de aquellos otros en los que también tenéis un papel. No entendéis vuestra propia realidad multidimensional; por eso parece extraño e increíble cuando os digo que vivís muchas existencias a la vez. Os resulta difícil poder imaginar el hecho de que sea posible estar en dos lugares al mismo tiempo, e incluso aún más difícil en dos o más épocas o siglos.

(Pausa a las 21.24.) Para decirlo de una manera simple, el tiempo no consiste en una serie de momentos. Las palabras que pronunciáis, los actos que realizáis parecen tener lugar en el tiempo, al igual que una silla o una mesa parecen ocupar un espacio. Esas apariencias, sin embargo, forman parte de la complicada escenografía que habéis preparado con «antelación», y tenéis que admitirlas como reales dentro de la obra.

Las cuatro de la tarde, por ejemplo, resulta una referencia muy cómoda. Podéis decirle a un amigo: «Nos vemos a las cuatro en la esquina», o en un restaurante, para tomar una copa, comer o charlar, y vuestro amigo sabrá exactamente dónde y cuándo encontraros. Aunque «las cuatro de la tarde» no tiene un significado básico, os entenderéis porque es una designación <u>acordada</u> (un acuerdo entre caballeros, si así lo preferís). Si vais al teatro a las nueve de la noche, pero la acción transcurre en la mañana y se ve a los actores tomando el desayuno, lo aceptáis como el tiempo de la obra y también vosotros fingís que es por la mañana.

Todos vosotros formáis parte de una producción mucho mayor en la que todos os habéis puesto de acuerdo sobre ciertas presunciones básicas, que sirven como estructura dentro de la que transcurre la obra. Esas presunciones son

que el tiempo es una serie de momentos correlativos, que existe un mundo objetivo independientemente de vuestra propia creación y de la percepción que tenéis de él; que estáis estrechamente vinculados al cuerpo físico que habéis recibido, y que estáis limitados por el espacio y el tiempo.

(21.35.) Otras presunciones aceptadas por la misma razón incluyen la idea de que toda percepción os llega a través de los sentidos físicos; en otras palabras, que toda la información nos llega desde fuera y que no hay información que provenga de dentro. Por consiguiente, estáis obligados a concentraros intensamente en la acción de la obra. Ahora bien: esas distintas obras, esas piezas de época creativas, representan lo que vosotros llamaríais vuestras vidas de reencarnación.

Básicamente existen todas a la vez, pero a aquellos que aún estáis envueltos en esos cursillos de obras pasionales tremendamente complicados llamados existencia de reencarnación, os resulta difícil ver más allá de ellos. Otros que descansan entre producción y producción, por así decirlo, tratan de comunicarse con los que están actuando; pero ellos mismos están aún entre bastidores y sólo alcanzan a ver hasta una cierta distancia.

Las obras parecen sucederse unas tras otras, y por eso esas comunicaciones parecen intensificar la falsa idea de que el tiempo consiste en una serie de momentos que se suceden en línea, desde un principio inconcebible hasta un final igualmente inconcebible.

¿Tienes los dedos cansados?

(-No. -Eran las 21.42.)

Eso os induce a pensar en un progreso muy limitado, tanto desde el punto de vista individual, como con respecto a vuestra especie como un todo. Entonces aquellos de

vosotros que incluso consideran la reencarnación, pensáis: «Bueno, ciertamente la raza ha progresado desde la Edad Media», aunque en el fondo teméis que no ha sido así; o miráis el progreso tecnológico y decís: «Al menos en esa dirección hemos llegado muy lejos.»

Podéis reíros y pensar que es difícil imaginar a un senador romano dirigiéndose a la multitud a través de un micrófono, o a sus hijos viendo su actuación por la televisión. Pero todo esto sólo alimenta la confusión. El progreso, tal como lo consideráis vosotros, no existe, ni tampoco el tiempo.

En todas las obras, tanto individualmente como en grupos, suelen surgir distintos problemas. Se puede medir el progreso según la manera particular en que esos problemas se resolvieron o no. En ciertos períodos se ha avanzado mucho; por ejemplo, hubo importantes consecuencias que vosotros quizá no consideraríais progreso.

Podéis tomaros un descanso.

(21.51. Jane salió del trance con rapidez. «¡Vaya! Seth tiene un montón de cosas que decir sobre este tema; puedo sentirlo aquí arriba -dijo tocándose la frente-, A cada momento recibo una gran avalancha de algo que me resulta difícil poner en palabras. ¿Sabes lo que quiero decir? Pero él nos los va a desvelar.»)

(«Es curioso —continuó—. No me sentía especialmente psíquica esta noche, pero el material es bueno. Ya ha pasado otras veces. Cuando hay aquí alguien que no me gusta, o que por alguna razón me hace desconectar, no es posible mantener la sesión, el material no viene. Pero no tengo necesidad de sentirme especialmente psíquica cuando estamos solos; el material aparece a pesar de todo y es siempre bueno.»)

(Jane continuó a ritmo más lento a las 22.15.)

Bien. Por cierto *(jocoso),* esto no necesitas apuntarlo. Mis «bien» al comenzar una frase son como para daros la entrada, y no necesariamente deben estar en el guión.

(-De acuerdo, entiendo.)

Bien *(jocoso y más alto):* en algunas obras, hablando de manera general, los actores trabajan en lo que parece una porción de un minuto de duración de un problema mucho mayor, que la obra resolverá por sí misma.

Aunque aquí utilice la analogía de un drama, esas «obras» son hechos totalmente espontáneos en los que los actores tienen total libertad dentro de la estructura de la obra. Y, para garantizar esas presunciones de las que hemos hablado, los ensayos no existen. Hay observadores, como podréis ver más adelante en nuestro libro. Como en las buenas producciones teatrales, hay un tema central en cada obra. Los grandes artistas, por ejemplo, no aparecieron en un tiempo particular simplemente porque nacieron allí o (porque) las condiciones eran favorables.

(Según Seth, todo individuo escoge el tiempo y el lugar de cada «vida» de su ciclo de reencarnación.)

La obra en sí misma tiene como finalidad la realización de la verdad intuitiva en lo que vosotros llamaríais forma artística, con una creatividad de resultados tan amplios y abrumadores que estimulan las capacidades latentes en cada actor y sirven como modelo de comportamiento.

Los períodos de renacimiento -artístico, espiritual o psíquico- ocurren porque aquellos que forman parte del drama dirigen su intenso foco interno hacia esas metas. El reto puede ser diferente en cada obra, pero los grandes temas sirven de faro a todas las conciencias. Sirven como modelo.

(22.17.) El progreso no tiene nada que ver con el tiempo, sino con el enfoque psíquico y espiritual. Toda obra es completamente diferente de cualquier otra. No es correcto, por lo tanto, suponer que vuestros actos de esta vida estén causados por una existencia previa o que se os esté castigando en esta vida por crímenes de una vida pasada. Todas las vidas son simultáneas.

Vuestra personalidad multidimensional está tan bien dotada que puede tener todas esas experiencias a la vez y mantener su identidad. Pero no cabe duda de que las distintas obras en las que aparece la afectan. Hay comunicación instantánea o, si lo preferís, un sistema instantáneo de retroacción.

Rara vez estas obras carecen de propósito. En ellas la personalidad multidimensional aprende a través de sus propios actos; pone a prueba una variedad infinita de posturas, patrones de comportamiento y actitudes, y como resultado hace cambiar a otros.

La palabra «resultado» como podéis ver, sugiere automáticamente causa y efecto; la causa ocurriría antes que el efecto, y esto es sólo un pequeño ejemplo de la fuerza que tienen las distorsiones y de las dificultades inherentes al pensamiento verbal, pues implica siempre un esquema de vía única.

(22.26.) Vosotros sois el ser multidimensional que tiene todas esas existencias, que crea esas obras de pasión cósmica y toma parte en ellas, por así decirlo. Pero, como sólo enfocáis vuestra conciencia en ese papel actual en particular, identificáis a la totalidad de vuestro ser con él. Existe una razón por la que habéis establecido esas reglas. La conciencia está siempre en estado de transformación, y debido a ello el ser multidimensional del que hablo no es una estructura psicológica completa y acabada, sino que también está en continua transformación.

Está aprendiendo el arte de la realización. Contiene en él infinitos recursos de creatividad, ilimitadas posibilidades de desarrollo, pero aún le queda por aprender la manera de realizarse y debe encontrar en su interior la manera de dar forma a esas creaciones no reveladas que tiene dentro.

(22.32.) Por lo tanto, crea una gran variedad de condiciones en las que operar, y crea también sus propios retos, algunos de los cuales están —según vuestros términos- condenados al fracaso, al menos inicialmente, porque antes debe crear las condiciones para poder producir nuevas creaciones. Y todo esto se hace con gran espontaneidad e infinita alegría. *(Pausa.)*

Por eso creáis muchos más entornos de los que sois capaces de percibir. Ahora bien: todo actor que está actuando en su papel enfocado en la obra, tiene un guión interno. No se ve abandonado en una obra cuya propia creación ha olvidado: posee el conocimiento y la información que le llegan a través de los sentido internos.

(Larga pausa a las 22.39.) Tiene, por lo tanto, otras fuentes de información además de las que se le han dado en los confines estrictos de la producción. Todos los actores lo saben intuitivamente, y hay períodos programados dentro de la obra donde se permite a los actores retirarse para poder renovarse. En ellos, sus sentidos internos le informan de sus otros papeles, y él se da cuenta de que es mucho más que el ser que aparece en una obra concreta.

Durante esos períodos comprende que fue él quien escribió la obra y que está libre de aquellas presunciones que lo atan cuando está implicado en las actividades del drama. Esos períodos, por supuesto, coinciden con vuestro dormir y las condiciones de los sueños; pero hay también otras ocasiones en las que cada actor ve con bastante claridad que está

rodeado de decorados, y en las que su visión consigue traspasar la aparente realidad de la producción.

(22.44.) Eso no quiere decir que la obra no sea real, o que no debiera ser tomada en serio; significa que está ejecutando un papel, un papel importante. Cada actor debe darse cuenta por sí mismo de la naturaleza de la producción y del papel que tiene en ella. Debe poder realizarse a sí mismo fuera de los confines tridimensionales de los decorados de la obra.

Existe una gran cooperación en esas producciones trans-cendentales, y al hacer su papel cada actor se realiza a sí mismo dentro de la realidad tridimensional. El ser multidimensional no puede actuar dentro de la realidad tridimensional hasta que consiga materializar en ella una porción de sí mismo. ¿Me comprendes?

(-Sí.)

En esa realidad, él produce todo tipo de creatividad y desa-rrollo que de otra manera no podrían aparecer. Debe entonces proyectarse a sí mismo desde ese sistema a través de otro acto, otra realización de la parte de sí mismo que es tridimensional.

Durante su existencia tridimensional ha ayudado a otros que no podrían haber sido ayudados de otra manera, y se ha be-neficiado a sí mismo y desarrollado hasta un extremo que habría sido imposible de otro modo.

Os sugiero un descanso.

(22.55. El trance de Jane había sido profundo. Continuamos a las 23.02.)

Por consiguiente, poseéis en vuestro interior el significado de la obra. Es sólo vuestra porción consciente la que actúa

tan bien, la que está enfocada firmemente dentro de los decorados

de la producción.

El propósito de cualquier vida concreta está disponible para vosotros: es el conocimiento que yace bajo la superficie del ser consciente que conocéis. También tenéis a vuestra disposición todo tipo de pruebas y señales, y el conocimiento de la totalidad de la personalidad multidimensional. Cuando os dais cuenta de ello, ese conocimiento os permite resolver rápidamente vuestros problemas o enfrentar los retos que os habéis marcado, y también os abre otras áreas de creatividad con las que puede enriquecerse la totalidad de la obra o de la producción.

(23.08.) Por lo tanto, en la medida en que permitáis que las intuiciones y el conocimiento del ser multidimensional fluyan a través del ser consciente, no sólo actuaréis en vuestro papel con más eficacia, sino que añadiréis nueva energía, intuiciones y creatividad a la totalidad de la dimensión.

Por supuesto, ahora os parece que vosotros sois la única parte consciente de vuestro ser, porque os identificáis con el actor de esa producción concreta. Sin embargo, también lo son otras porciones de vuestra personalidad multidimensional que actúan en esas otras obras de reencarnación. Y, debido a que sois una conciencia multidimensional, «vosotros» también sois conscientes en otras realidades.

Vuestra personalidad multidimensional, vuestra verdadera identidad, vuestro yo real es consciente de sí mismo, por sí mismo, en cada uno de esos papeles.

Final del dictado. Concededme un momento.

(Después de una pausa, Seth continuó dándonos la respuesta a dos preguntas personales.)

¿Tenéis alguna pregunta más?

(-No, supongo que no. Se esta haciendo tarde.)

Entonces daré por terminada la sesión, con mis más cariñosos saludos para ambos, por supuesto.

(-Buenas noches, Seth, y gracias.)

(23.24. La producción del libro de Seth formaba parte natural de nuestra estructura de trabajo ahora. El estaba comenzando a desviarse un poco del esbozo que nos había dado en la sesión 510 del 10 de enero de 1970, pero eso era algo que esperábamos. «Seth estaba a sus anchas», dijo Jane. Mucha gente había oído hablar del libro ahora.)

(Una nota añadida posteriormente: Excepto en una ocasión, Seth transmitió muchos más capítulos después de esta sesión antes de que Jane volviese a leer el libro otra vez.)

SESIÓN 522, 8 DE ABRIL DE 1970

21.13 MIÉRCOLES

Buenas noches.

(-Buenas noches, Seth.) Continuemos.

Estas «obras periódicas» tienen, sobre todo, un propósito especial. Debido a su propia naturaleza, la conciencia busca materializarse a sí misma en tantas dimensiones como le sea posible, para crear nuevos niveles de conciencia a partir de sí misma, nuevos retoños. Al hacerlo, crea toda la realidad, por lo cual la realidad está siempre en desarrollo. Por ejemplo, los pensamientos que tenéis en vuestros papeles de actor son completamente únicos y llevan a una nueva creatividad.

Ciertos aspectos de vuestra propia conciencia no podrían realizarse de ninguna otra manera.

Cuando pensáis en la reencarnación, suponéis que se trata de una serie de progresiones, en lugar de comprender que las distintas vidas brotan de la esencia de vuestro ser interno. No os las arroja encima ningún agente externo. Son un desarrollo material, a medida que vuestra conciencia se va expandiendo y se expresa a sí misma en todas las maneras posibles. No está restringida a una sola vida tridimensional, ni tampoco está restringida a una sola existencia tridimensional.

Así pues, vuestra conciencia adopta muchas formas, y esas formas no necesitan parecerse unas a otras, digamos, no más de lo que se parece una hormiga a una mariposa. El alma o entidad tiene total libertad de expresión. Cambia de forma para adaptarse a su expresión, y crea entornos -como una puesta en escena- y mundos que se adaptan a sus propósitos. Cada puesta en escena trae consigo nuevos desarrollos.

(Jane hacía muchas pausas.) El alma o entidad es una energía espiritual altamente individualizada. Puede dar forma a cualquier cuerpo en el que quisierais habitar, y es la fuerza que está detrás de vuestra supervivencia física, ya que es de ella de donde obtenéis la vitalidad. La conciencia no puede permanecer tranquila, sino que siempre busca una creatividad mayor.

(21.28.) Por lo tanto, el alma o entidad posee la realidad tri-dimensional y el ser tridimensional con todas sus propiedades. Las capacidades de la entidad están dentro del ser tridimensional. El ser tridimensional, el actor, tiene acceso a esta información y a estos potenciales. Aprendiendo a usar este potencial y redescubriendo su relación con la entidad, el ser tridimensional eleva aún más el nivel de realización,

comprensión y creatividad. El ser tridimensional progresa mucho más de lo que él sabe.

No sólo se refuerza la entidad, sino que sus porciones, habiéndose realizado en la existencia tridimensional, ahora pueden elevar la naturaleza y la capacidad de esa existencia. Sin esa creatividad la vida planetaria sería siempre estéril. Así pues el alma o entidad da aliento al cuerpo y al ser tridimensional que contiene. El ser tridimensional puede entonces dedicarse a su propósito explorar nuevas áreas de creatividad.

En otras palabras, las entidades o almas envían fuera nuevas porciones de sí mismas para que abran nuevos caminos en la realidad, que de otro modo no existirán. *(Larga pausa a las 21.39.)* Cuando los seres tridimensionales existen en esas realidades, deben enfocar totalmente su atención en ellas, y es la ciencia interna la que les da energía y fuerza. Sin embargo, como actores deben llegar a comprender sus papeles y así «finalmente», gracias a esos papeles y mediante otro acto de comprensión, vuelven a la entidad.

Esos son los que aparecen totalmente despiertos en las obras. Esas personalidades asumen esos papeles de buena gana, sabiendo que son papeles, para poder guiar a otros hacia su necesaria realización y desarrollo. Sirven de guía a los actores para que vean más allá de sus seres y de los decorados que ellos mismos han creado. Esas personalidades vigilan la obra desde otros niveles de existencia, por así decirlo, y aparecen entre los actores. Su propósito es abrir en los seres tridimensionales esas puertas psicológicas que los ayudarán a lograr un mayor desarrollo en otro sistema de realidad.

Ahora podéis hacer un descanso y luego continuaremos.

(21.50. El trance de Jane había sido relativamente ligero.

Continuamos a las 21.58.)

Bien, estáis aprendiendo a ser creadores conjuntos. Estáis aprendiendo a ser dioses tal y como entendéis el término ahora. Estáis aprendiendo la responsabilidad, la responsabilidad de toda conciencia individual. Estáis aprendiendo a manejar la energía que sois, con propósitos creativos.

Estaréis atados a aquellos que amáis y a aquellos que odiáis, aunque aprenderéis a perder, a soltar y a disolver el odio. Incluso aprenderéis a usar el odio creativamente y a conducirlo a fines más elevados y a transformarlo finalmente en amor. Aclararé todo esto en capítulos posteriores.

Estas puestas en escena de vuestro entorno físico, esa parafernalia encantadora a veces, los aspectos físicos de la vida tal y como la conocéis, son todos camuflajes, y por eso llamo camuflaje a vuestra realidad física. Sin embargo, esos camuflajes están formados por la vitalidad del universo. Las rocas, las piedras, las montañas y la tierra son camuflajes vivientes, redes psíquicas entrelazadas formadas por conciencias diminutas que vosotros no podéis percibir como tales. Los átomos y moléculas de su interior tienen su conciencia propia, al igual que los átomos y las moléculas de vuestro cuerpo.

(22.07.) Dado que vosotros habéis intervenido en la creación de vuestro escenario físico, y que estáis cómodamente instalados en la forma física, cuando usáis los sentidos físicos sólo percibís ese fantástico decorado. La realidad que existe tanto en su interior como más allá de él os eludirá. No obstante, el actor no es enteramente tridimensional, sino que forma parte de un ser multidimensional.

En su interior hay métodos de percepción que le permiten ver a través de los decorados de camuflaje, más allá del

escenario. Usa constantemente sus sentidos internos, pero su parte de actor está tan concentrada en la obra, que todo esto se le escapa. De una manera más amplia, los sentidos físicos realmente crean la realidad física que sólo parecen percibir. Ellos son también parte del camuflaje, pero son como lentes que cubren vuestras percepciones internas naturales y que os fuerzan a «ver» como materia física el campo de actividad disponible; por eso, sólo se puede confiar en ellos para que os cuenten lo que sucede pero de manera superficial. Podéis saber la posición de otros actores, por ejemplo, o la hora que marca el reloj, pero esos sentidos físicos no os dirán que el tiempo es en sí mismo un camuflaje, o que es la conciencia la que crea a los otros actores, o que hay realidades que no podéis ver más allá de la materia física que es más aparente que real.

Sin embargo, usando vuestros sentidos internos, podéis percibir la realidad tal y como existe fuera de la obra y de vuestro papel en ella. Desde luego, para poder hacer esto, deberéis apartar vuestra atención de la actividad constante que la ocupa -apagar los sentidos físicos, podríamos decir- y centrar vuestra atención en aquellos acontecimientos que se os escaparon anteriormente.

(22.20.) El efecto sería algo parecido a cambiar un juego de vasos por otros, pues, básicamente, los sentidos físicos son tan artificiales para el ser interno como lo sería un juego de vasos o un audífono para el cuerpo físico. Los sentidos internos, por lo tanto, raramente se usan con total conciencia.

Os sentiríais totalmente desorientados, e incluso bastante aterrorizados, si entre un momento y el siguiente desapareciese el entorno familiar que conocéis y fuese reemplazado por otra serie de datos que no pudieseis entender; por tal motivo, mucha de la información de los sentidos internos debe ser traducida a términos que os sean

comprensibles. En otras palabras, tal información debe tener sentido para vosotros como seres tridimensionales.

Vuestra serie particular de camuflajes no es la única que existe, como veis. Otras realidades tienen sistemas totalmente distintos, pero todas las personalidades tienen sentidos internos que son atributos de la conciencia, y a través de esos sentidos internos se establecen comunicaciones de las que el ser normalmente consciente conoce poco. Parte de mi propósito es dar a conocer esas comunicaciones.

(10.29.) Por tanto, el alma o entidad no es el ser que lee este libro. Vuestro entorno no consiste solamente en el mundo que os rodea tal y como lo veis vosotros, sino que también está constituido por entornos de vidas pasadas sobre los que no estáis enfocados. Vuestro entorno real está compuesto de pensamientos y emociones, con los que constituís no sólo esta realidad, sino cada una de las realidades de las que formáis parte.

(Larga pausa.)

Vuestro entorno real carece de espacio y tiempo tal y como vosotros los conocéis. En él no tenéis necesidad de palabras, pues la comunicación es instantánea. En vuestro entorno real creáis el mundo físico que conocéis.

Los sentidos internos os permitirán percibir la realidad que es independiente de la forma física. Os pido a todos que momentáneamente olvidéis vuestros papeles e intentéis hacer este simple ejercicio.

Ahora podéis tomaros un descanso.

(22.36. Esta vez el trance de Jane había sido más profundo. «Sé que no ha sido tan profundo como la primera vez -dijo-, porque oí la sirena.» A las 21.30 había pasado un camión de

bomberos a unas dos manzanas de la nuestra; sólo ahora recordó Jane decirme que la había oído. «Me preocupa oír cosas como ésa mientras Seth escribe su libro. No quiero enredar las cosas...»)

(Continuamos a las 22.53.)

Bien, supongamos que estáis sobre un escenario iluminado, y que el escenario es la habitación en la que estáis ahora. Cerrad los ojos e imaginad que las luces están apagadas, los decorados han desaparecido y estáis solos.

Todo está oscuro. Permaneced tranquilos e imaginad tan vividamente como podáis la existencia de los sentidos internos. Por el momento imaginad que corresponden a vuestros sentidos físicos. Apartad de vuestra mente todos los pensamientos y preocupaciones. Sed receptivos. Escuchad con calma, no los sonidos físicos, sino los sonidos que os llegan a través de los sentidos internos.

Empezarán a aparecer imágenes. Aceptadlas como visiones tan válidas como las que veis físicamente. Imaginad que hay un mundo interno y que os será revelado cuando aprendáis a percibirlo con esos sentidos internos.

(22.58.) Imaginad que toda la vida habéis sido ciegos a ese mundo, y que ahora vais ganando lentamente su visión. No juzguéis todo el mundo interno por las imágenes distorsionadas que quizá recibáis al principio, o por los primeros sonidos que oigáis, pues aún usáis vuestros sentidos internos de una manera imperfecta.

Haced este sencillo ejercicio durante unos minutos antes de dormir o en estado de descanso. Puede hacerse incluso en medio de una tarea ordinaria que no requiera toda vuestra atención.

Simplemente aprenderéis a concentraros en una nueva dimensión de conciencia, y a tomar fotos instantáneas, por así decirlo, de un nuevo entorno. Recordad que sólo estáis recibiendo pequeños atisbos. Sencillamente aceptadlos, pero no intentéis hacer juicios de conjunto o interpretaciones prematuras.

Diez minutos al día son suficientes para empezar. La información de este libro está dirigida en cierto sentidos por los sentidos internos de la mujer que está en trance mientras lo escribo. Una labor tal es el resultado de una precisión interna altamente organizada y de un entrenamiento. Ruburt no podría recibir información de mí y ésta no podría ser traducida o interpretada, si ella estuviese enfocada intensamente en el entorno físico. Así pues, los sentidos internos son canales que nos proporcionan la comunicación entre las distintas dimensiones de existencia. Pero, aun así, la información debe ser distorsionada hasta cierto punto para traducirla a términos físicos. De otra manera no se la podría percibir.

Final del dictado. ¿Tenéis alguna pregunta?

(-Ninguna en particular, supongo.)

Cuando queráis una sesión más íntima, tengáis alguna pregunta, hacédmelo saber.

(-Asilo haré.)

(Divertido.) Estoy deseando descansar un poco de mi tarea de escritor.

(-Ya lo sé.)

Entonces, mis mejores deseos y que tengáis buena noche.

(-Buenas noches, Seth. Muchas gracias. -23.10.)

SESIÓN 523, 13 DE ABRIL DE 1970

21.13 MIÉRCOLES

Buenas noches.

(-Buenas noches, Seth.)

Terminaremos el capítulo cuatro.

(-De acuerdo.)

Bien. He dedicado cierto tiempo a destacar el hecho de que cada uno de nosotros forma su propio entorno, porque quiero que os deis cuenta de que sois responsables de vuestra vida y de vuestro entorno.

Si no lo creéis así, os estáis limitando. Vuestro entorno representa la suma total de vuestro conocimiento y experiencia. Pero, mientras creáis que es objetivo e independiente de vosotros, en cierta medida os sentiréis incapacitados para cambiarlo, para ver más allá de él o para imaginar otras alternativas menos evidentes. Más adelante explicaré varios métodos que os permitirán cambiar vuestro entorno de una manera drástica y beneficiosa.

También he hablado de la reencarnación referida al entorno, porque muchas escuelas de pensamiento hacen excesivo hincapié en los efectos de las existencias de reencarnación, y a menudo explican las circunstancias de la vida presente como el resultado de patrones rígidos e inflexibles determinados por una vida «pasada». Si sentís que estáis a merced de unas condiciones que no podéis controlar, os sentiréis bastante incompetentes para manejar la realidad

física actual, para alterar vuestro entorno, para afectar y cambiar vuestro mundo.

Las razones con que se justifican tales subyugaciones poco importan a largo término, ya que las razones cambian con el tiempo y la cultura. No estáis sujetos a una sentencia que os condena por el pecado original, por un acontecimiento de la infancia, o por una experiencia de una vida pasada. Por ejemplo, puede ser que vuestra vida sea menos llena de lo que pensáis que os gustaría. Puede ser que seáis menos cuando preferiríais ser más, pero vuestra psique no está comprimida por la carga del pecado original, de los síndromes freudianos de la infancia, o de las influencias de las vidas pasadas. Trataré de explicar aquí las influencias de las vidas pasadas un poco más claramente. Os afectan como lo haría cualquier otra experiencia. Sin embargo, el tiempo no es cerrado, es abierto, y ninguna vida yace enterrada en el pasado, desconectada del ser presente o del ser futuro.

(Durante esta transmisión el ritmo de Jane era considerablemente lento.)

Como he explicado anteriormente, todas las vidas u obras de teatro suceden simultáneamente. La conciencia y la creatividad no son nunca logros lineales. En cada vida escogéis y creáis vuestros decorados y entornos propios, y en ésta escogisteis a vuestros padres y los incidentes de infancia necesarios para vuestra experiencia. Vosotros escribisteis el guión.

(21.35.) No obstante, el ser consciente olvida todo eso, como un profesor despistado, de modo que cuando en el guión aparecen tragedias, dificultades o retos, el ser consciente busca a alguien o algo a quien culpar. Antes de que este libro esté terminado espero poder enseñaros exactamente cómo creáis cada minuto de vuestra experiencia

para que podáis ejercitar la responsabilidad creativa a un nivel consciente... o casi.

Mientras leéis este libro mirad de vez en cuando a vuestro alrededor en la habitación en la que os halláis. Las silla y las mesas, el techo y el suelo, pueden pareceres muy reales y sólidos, casi permanentes, aunque vosotros por el contrario os sentís extremadamente vulnerables, apresados en un momento entre el nacimiento y la extinción. Puede que os sintáis celosos cuando pensáis en ello, al imaginar que el universo físico continuará existiendo durante mucho tiempo cuando hayáis partido. Aun así, cuando hayamos llegado al final del libro, espero que os habréis dado cuenta de la eterna validez de vuestra propia conciencia y de la falta de permanencia de los aspectos físicos de vuestro entorno y vuestro universo, que ahora parecen tan seguros. ¿Tienes todo esto?

(-Sí.)

Este es el final del capítulo cuatro. Podéis tomaros un descanso.

(De 21.44 a 22.02.)

5. CÓMO EL PENSAMIENTO DA FORMA A LA MATERIA. PUNTOS COORDENADOS

Dadnos un momento.

(Siguió una pausa de dos minutos que terminó a las 22.04.)

Capítulo cinco.

Mientras leéis las palabras que encabezan esta página, os dais cuenta de que la información que estáis recibiendo no es atributo de las letras que forman las palabras propiamente dichas. La línea impresa no contiene información: transmite información. ¿Dónde está entonces la información que se está transmitiendo, si no está al comienzo de la página?

(Pausa.)

La misma pregunta, por supuesto, se puede aplicar cuando estáis leyendo un periódico, o cuando habláis con otra persona. Vuestras palabras en sí mismas comunican información, sentimientos o pensamientos. Obviamente los sentimientos o los pensamientos, y las palabras, no son la misma cosa. Las letras del encabezamiento de esta página son símbolos, y vosotros habéis acordado distintos significados conectados a ellas. Sin ni siquiera pensarlo, dais por sentado que los símbolos -las letras- no son la realidad -la información o pensamiento- que intentan comunicar.

Ahora, de la misma manera, os estoy diciendo que los objetos son también símbolos que representan una realidad cuyo significado transmiten los objetos, al igual que lo hacen las letras. La verdadera información no está en los objetos, al igual que el pensamiento tampoco está en las letras o en las palabras. La palabra es un método de expresión. También lo son los objetos físicos, pero en un medio diferente. Os habéis acostumbrado a la idea de que os expresáis directamente por medio de la palabra. Podéis oíros a vosotros mismos cuando las emitís. Podéis sentir cómo se mueven los músculos de la garganta, y, si estáis alerta, podéis percibir una multitud de reacciones en vuestro cuerpo, acciones que acompañan a vuestra palabra.

(22.29.) Los objetos físicos son el resultado de otro tipo de expresión. Sois vosotros los que los creáis, de igual manera que creáis la palabra. No quiero decir que los creéis sólo con

vuestras manos, o que los manufacturéis. Quiero decir que los objetos son una consecuencia natural de la evolución de vuestra especie, como lo son las palabras. Sin embargo, examinad por un momento el conocimiento que tenéis sobre el habla. Aunque oís las palabras y reconocéis su conveniencia y aunque puedan expresar más o menos vuestro sentimiento, no son realmente vuestro sentimiento, y hay siempre una brecha entre el pensamiento y su expresión.

Vuestra confianza en la palabra comienza a desvanecerse cuando os dais cuenta de que, cuando comenzáis una frase, no sabéis exactamente cómo vais a acabarla, o cómo formáis las palabras. No tenéis conocimiento consciente de cómo manipuláis una asombrosa pirámide de símbolos, ni de cómo escogéis precisamente aquellos que necesitáis para expresar cierto pensamiento. Si vamos a eso, tampoco sabéis cómo pensáis.

No sabéis cómo traducís al pensamiento los símbolos que están al comienzo de esta página, o de qué manera los almacenáis, o cómo los hacéis vuestros. Si los mecanismos del habla normal os son tan poco conocidos a nivel consciente, no resulta sorprendente que seáis igualmente inconscientes de otras tareas más complicadas que también realizáis, tales como la constante creación de vuestro entorno físico como método de comunicación y expresión.

Sólo desde ese punto de vista se puede entender la verdadera naturaleza de la materia física. Únicamente comprendiendo la naturaleza de esta constante expresión de pensamientos y deseos -no sólo mediante palabras, sino también mediante objetos físicos— podéis daros cuenta de vuestra verdadera independencia de las circunstancias, el tiempo y el entorno.

Podéis tomar un descanso ahora. *(Sonrisa. Eran las 22.36.)* Una nota: estoy muy contento...

(-¿De qué, Seth?)

Estoy muy complacido con el principio de mi capítulo porque creo que he conseguido una analogía, una verdadera analogía, que liberará al lector del lazo artificial con la forma física. Cuando vea que se trata de un método de su propia creación, comprenderá el alcance de su creatividad.

(22.38. Jane había tenido un buen trance, aunque con ritmo algo lento. Dijo que la pausa de dos minutos que hubo al principio de la transmisión tuvo lugar porque ella estaba «obsesionada» conscientemente con la idea de cómo iría Seth a comenzar el capítulo cinco. También se daba cuenta de que, si se limitaba a estar «tranquilamente sentada», Seth haría bien las cosas por sí mismo.)

(Jane recibió muchas imágenes mientras Seth hablaba. Él tenía clara en su mente la idea para este capítulo, dijo, y con extraordinaria viveza estaba «imprimiendo» en ella la idea de la materia usada como medio de comunicación. Pero Jane no podía describir las imágenes que había visto.)

(Mientras me contaba esto, recordó de repente que, durante una parte de la transmisión, le pareció como si estuviera de pie al lado de la librería que va del suelo al techo y divide su estudio de nuestra sala de estar, a unos dos metros de distancia de la mecedora que usa normalmente en las sesiones.)

(Jane tenía un recuerdo ahora como de haber transmitido parte de los datos de Seth desde el área de la librería, de haber visto la sala de estar desde otro punto de vista. No recordaba haber salido de su cuerpo. «Me ha vuelto como si fuera un sueño», dijo. Tampoco podía recordar nada más sobre el episodio. No se acordaba de verse a sí misma en la mecedora, por ejemplo, o de haberme visto a mí sentado en el sofá tomando notas. Estaba bastante intrigada con la idea

de estar fuera del cuerpo, y poder verse a sí misma transmitiendo el material de Seth.) (Continuamos a las 22.56.) Bien, es fácil ver el hecho de que traducís los sentimientos en *palabras, expresiones del cuerpo o gestos, pero no resulta tan fácil darse cuenta de que sois vosotros los que formáis vuestro cuerpo físico con el mismo poco esfuerzo e inconsciencia con que traducís los sentimientos a símbolos que luego se transforman en palabras.*

(Larga pausa a las 23.01.) Estoy seguro de que habéis oído con anterioridad la expresión de que el entorno expresa la personalidad particular del individuo. Os digo que ésta es una verdad literal y no simbólica. Las letras del comienzo de esta página sólo tienen la realidad de la tinta y el papel. La información que contienen es invisible. Este libro en sí mismo, como objeto, es sólo tinta y papel. Es un portador de información.

Podéis quizá argüir que el libro fue fabricado físicamente, y no emergió repentinamente del cráneo de Ruburt ya impreso y encuadernado. Y vosotros, por vuestra parte, tuvisteis que pedir prestado el libro o comprarlo, así que podríais pensar: «Desde luego, no soy yo quien crea el libro, como creo mis palabras». Pero, antes de que hayamos terminado, veremos que, básicamente hablando, cada uno de vosotros crea el libro que tiene en sus manos, y que la totalidad de vuestro entorno físico brota tan naturalmente de vuestra mente interna como brotan las palabras de vuestros labios, y que el hombre forma los objetos físicos tan inconsciente y automáticamente como produce su respiración.

Final del dictado por esta noche. *(Sonrisa.)*

(-Buenas noches, Seth, y gracias. -23.14.)

SESIÓN 524, 20 DE ABRIL DE 1970

21.l8 LUNES

(Jane no se sentía particularmente bien esa noche, pero decidió tener la sesión para ver qué ocurría. Cuando empezó a hablar su ritmo era bastante lento y tenía los ojos cerrados casi todo el tiempo.)

Buenas noches.

(-Buenas noches, Seth.)

Sigamos con nuestro libro. Los aspectos peculiares, particulares de vuestro mundo físico dependen de vuestra existencia y del enfoque que tengáis en él. El universo físico no contiene, por ejemplo, objetos físicos con solidez, anchura y profundidad para aquellos cuya existencia no transcurre en su interior.

Otros tipos de conciencia coexisten dentro del mismo «espacio» que ocupa vuestro mundo. Ellas no pueden percibir vuestros objetos físicos, ya que su realidad se compone de una estructura de camuflaje distinta. Vosotros no las percibís y, normalmente, ellas no os perciben tampoco a vosotros. Ésta es sin embargo, una afirmación general, ya que varios puntos de vuestras realidades pueden coincidir, y de hecho coinciden, por así decirlo.

A estos puntos no se los reconoce como tales, pero son puntos de lo que vosotros podríais llamar doble realidad, que contienen un gran potencial de energía; verdaderamente son puntos de coordenadas donde convergen las realidades. Existen puntos de coordenadas principales, matemáticamente <u>puros,</u> fuentes de una energía fantástica, y

puntos de coordenadas subordinados, muy vastos en número.

(Larga pausa a las 21.29.) Existen cuatro puntos de coordenadas absolutas que interceptan *todas* las realidades. Esos puntos de coordenadas actúan como canales a través de los cuales fluye la energía, y son como urdimbres o caminos invisibles que van de una realidad a otra. También actúan como transformadores y suministran mucha de la energía generadora que hace que la creación sea continua, hablando en vuestros términos. *(Muchas pausas.)*

Vuestro espacio está lleno de estos puntos subordinados que son muy importantes, como veréis más adelante, pues os permiten transformar los pensamientos y emociones en materia física. Cuando un pensamiento o una emoción alcanza cierta intensidad, atrae automáticamente el poder de uno de estos puntos subordinados y queda, por consiguiente, altamente cargado y en cierto modo magnificado, aunque no en tamaño.

Estos puntos afectan a lo que vosotros llamáis tiempo, y también al espacio. Existen, sin embargo, ciertos puntos en el tiempo y en el espacio (usando vuestros términos otra vez) que son más favorables que otros, donde tanto las ideas como la materia reciben una carga más alta. Hablando prácticamente, esto significa que los edificios tienen ahí mayor duración, y que allí las ideas unidas a una forma resultan prácticamente eternas. Las pirámides, por ejemplo, son uno de los casos en que esto ocurre.

(Ritmo lento a las 21.43.) Estos puntos de coordenadas -absolutas, principales o subordinadas- representan acumulaciones o vestigios de energía pura, extremadamente pequeños —si pensáis en función del tamaño-, más que cualquiera de las partículas que conocen vuestros científicos, pero compuestos de pura energía. Pero incluso esta energía

debe ser activada; permanece dormida si esto no se hace, y no puede ser activada físicamente.

(21.50.) He aquí algunas pistas que os podrían servir de ayuda, o quizá a los matemáticos. Hay una minúscula alteración de la fuerza de gravedad en la vecindad de todos esos puntos, incluso en la de los subordinados, y todas las llamadas leyes físicas sufren, hasta cierto punto, una oscilación en su vecindad. Los puntos subordinados también sirven en cierta manera como soporte, como intensificaciones estructurales dentro del invisible tejido de energía que conforma todas las realidades y todas las manifestaciones. Sean sólo vestigios o acumulaciones de pura energía, existe una gran diferencia entre la cantidad de energía disponible en los diversos puntos subordinados, y entre los puntos principales y los absolutos.

Podéis tomar vuestro descanso.

(21.57. Jane se sentía mejor ahora. Se sorprendió cuando le dije que su ritmo había sido muy lento. Cuando está en trance no tiene conciencia de que hace pausas, ni de su número. «No tengo el menor sentido del tiempo cuando estoy en ese estado —dijo—. Mi espacio está lleno. No conozco otra manera de expresarlo...»)

(Continuamos al mismo ritmo a las 22.17.)

Por lo tanto, éstos son puntos de energía concentrada. Los puntos subordinados son mucho más comunes y, hablando de una manera práctica, afectan a vuestras ocupaciones diarias. Hay lugares que son mejores que otros para construir casas o estructuras, puntos en los que la salud y la vitalidad resultan fortalecidas, donde -si las demás condiciones son iguales- las plantas crecerán y florecerán, y donde parecen encontrarse todas las condiciones benéficas.

Algunas personas son capaces de sentir esos lugares instintivamente; ello ocurre dentro de ciertos ángulos formados por puntos coordenados. Obviamente los puntos no son físicos, es decir, no son visibles aunque se puedan determinar matemáticamente. Pero se los puede sentir como energía intensificada.

(22.23.) En cualquier habitación hay áreas particulares en las que las plantas crecerán más efectivamente que en otras, suponiendo que ambas áreas contengan todos los requisitos necesarios, como la luz. Todo vuestro espacio está impregnado de estos puntos coordenados, lo que da lugar a que se formen ciertos ángulos invisibles.

(22.26.) Para simplificar, algunos ángulos están más «en las afueras» que otros, y serán menos favorables a todas las condiciones de crecimiento y actividad. Cuando hablemos de estos ángulos los vamos a tratar como tridimensionales, aunque, por supuesto, son multidimensionales. Dado que la naturaleza de estos ángulos no es el tema principal de mi libro, no es posible explicarlos extensamente aquí. En ciertos momentos parecen ser más fuertes que en otros, aunque estas diferencias no tienen nada que ver con la naturaleza de los puntos coordenados, ni con la del tiempo. Hay otros elementos que los afectan, pero no necesitamos preocuparnos por ellos ahora.

(22.31.) Los puntos de energía concentrada se activan por medio de intensidades emocionales que están perfectamente dentro de vuestro alcance normal. Vuestros propios sentimientos y emociones activan estas coordenadas, aunque no las conozcáis. Por consiguiente, se añade una mayor cantidad de energía a ese pensamiento o sentimiento original, y se acelera su proyección hacia la materia física, independientemente de la naturaleza del sentimiento.

En otras palabras, estos puntos son como generadores invisibles de energía que se activan cuando un pensamiento o sentimiento emocional con la suficiente intensidad entra en contacto con ellos. A su vez, estos puntos intensifican la causa que los activa de una manera bastante neutra.

Estamos transmitiendo este material con cierta lentitud, puesto que es nuevo, pero principalmente porque quiero expresarlo en los términos más precisos; y, como Ruburt carece de formación científica, debo poner en juego toda mi inventiva.

Podéis tomaros un descanso.

(De 22.39 a 23.14.)

Ahora bien: simplificando, la experiencia subjetiva de una conciencia se expresa automáticamente como unidades de energía electromagnéticas, las cuales existen «por debajo» del alcance de la materia física. Son, si así lo preferís, partículas incipientes que aún no han emergido en la materia.

Estas unidades son emanaciones naturales de todos los tipos de conciencia. Son formaciones invisibles que resultan de la reacción a cualquier tipo de estímulo. Normalmente no están aisladas, sino que se unen obedeciendo a ciertas leyes, y cambian tanto su forma como su pulsación. Su «duración» depende de la intensidad original que encierran, es decir, de la intensidad del pensamiento, la emoción, los estímulos o la reacción originales que las originó.

(23.21.) Simplificando otra vez, os digo que, en ciertas condiciones, pueden llegar a condensarse en forma de materia. Aquellas unidades electromagnéticas que tengan la suficiente intensidad activan automáticamente los puntos coordenados subordinados de los que os he hablado. Por lo tanto, éstas se aceleran y se condensan en materia mucho más rápido,

hablando en vuestros términos, que las unidades de menor intensidad. A estas unidades, las moléculas les parecerían tan grandes como planetas. Los átomos, moléculas, planetas y estas unidades de energía electromagnética son simplemente manifestaciones diferentes de los mismos principios que permiten la existencia a estas unidades. Es sólo vuestra posición relativa, vuestro enfoque dentro de un espacio y un tiempo aparentes, lo que las hace parecer tan improbables.

Cada pensamiento o emoción, por lo tanto, existe como una unidad de energía electromagnética o como combinación de ellas en ciertas condiciones, y, con la ayuda de los puntos subordinados, frecuentemente emergen en los componentes básicos de la materia física. Esta aparición como materia física ocurre como «resultado» neutro, independientemente de la naturaleza del pensamiento o emoción dados. Las imágenes mentales, acompañadas de una emoción intensa, son por tanto un anteproyecto a partir del cual aparecerán -hablando en vuestros términos- los correspondientes objetos, condiciones o acontecimientos físicos.

Bien, fin del dictado. ¿Tenéis alguna pregunta?

(-No.)

Nuestro capítulo cinco va muy bien. Mis más cariñosos saludos, y que paséis una buena noche.

(-Buenas noches, Seth, y muchas gracias. -23.32.)

SESIÓN 525, 22 DE ABRIL DE 1970

21.14 MIÉRCOLES

(Esa noche el dictado del libro de Seth estuvo precedido de cuatro paginas de material personal, que hemos omitido. Continuamos, después de una pausa, a las 22.03.)

La intensidad de un sentimiento, pensamiento o imagen mental, es, por consiguiente, el elemento importante que determina su posterior materialización física.

La intensidad es el núcleo sobre el que se forman las unidades de energía electromagnética. Cuanto más intenso sea el núcleo, más rápida será la materialización física. Esto se aplica independientemente de que la imagen mental sea de terror o de gozo. Bien, aquí tenemos un problema importante: si vuestra configuración mental es muy intensa y tenéis imágenes mentales muy vividas y de fuerte carga emocional, esas imágenes originarán muy rápidamente acontecimientos físicos. Igualmente si sois de naturaleza muy pesimista, dados a pensamientos y sentimientos de desastres en potencia, estos pensamientos se reproducirán con bastante fidelidad en vuestra experiencia.

Cuanto más intensa sea vuestra imaginación, más importante será, por ello, que seáis conscientes de los métodos a través de los cuales la experiencia interna se convierte en realidad física. Vuestros pensamientos y emociones comienzan el proceso de realización física en el momento de su concepción. Si resulta que vivís en un área donde la concentración de puntos coordenados es fuerte -una de esas áreas de las que os he hablado que son inusitadamente propicias-, parecerá que estáis inundados por enfermedades y desgracias, si ésa es la naturaleza de vuestros pensamientos, ya que todo pensamiento es así de fértil en vuestro entorno. Por otro lado, si vuestros pensamientos y experiencias subjetivas están lo bastante equilibrados, son optimistas y creativos de una manera constructiva, entonces os parecerá que habéis sido bendecidos por una suerte

inusitada, ya que vuestras placenteras suposiciones se volverán rápidamente verdad.

En vuestro país [Estados Unidos], la costa oeste, partes de la costa este, Utah, los grandes lagos, el área de Chicago, el área de Minneápolis y algunas otras áreas suroccidentales, están en esos sectores de excelente actividad coordenada. La materialización ocurrirá muy rápidamente y, por tanto, el potencial tanto constructivo como destructivo es muy alto.

(22.20.) Ahora bien: estos puntos coordenados activan por sí mismos el comportamiento de los átomos y las moléculas al igual que, por ejemplo, el sol ayuda al crecimiento de las plantas. Las coordenadas activan el comportamiento generador de átomos y moléculas, y amplían en gran manera su capacidad de cooperación, es decir, su tendencia a agruparse en organizaciones y grupos estructurales.

Los puntos coordenados magnifican o intensifican el comportamiento, la espontaneidad latente inherente a la materia física. Actúan como generadores psíquicos, impulsando a la forma física lo que aún no es físico.

Ahora podéis tomar un descanso.

(De 22.25 a 22.38.)

Bien, éste no es un libro técnico, de modo que no es éste el momento o el lugar para hablar extensamente de la acción, el comportamiento, o los efectos de estos puntos coordenados, ni tampoco de las unidades de energía electromagnética (esas emanaciones naturales de la conciencia de las que os he hablado). Sin embargo, quiero que se sepa que los pensamientos y emociones se transforman en materia física mediante métodos muy definidos y por medio de leyes bastante válidas, a pesar de que puedan ser desconocidas en el presente.

En otras partes de *El material de Seth* se explicarán esos procesos claramente para aquellos que deseen ahondar en el tema, o aquellos que estén interesados desde un punto de vista científico. Aquí sólo tratamos esos puntos porque tocan directamente el aspecto multidimensional de la personalidad. Ellos os permiten materializar ciertas experiencias subjetivas dentro de la realidad tridimensional. Antes de dejar este tema, sin embargo, permitidme recordaros que estas emanaciones aparecen en distintos grados en toda conciencia y no únicamente en la vuestra. Esto incluye también a la conciencia celular, de tal manera que una red invisible de unidades electromagnéticas impregna totalmente vuestra atmósfera; y sobre esta tela de araña y a partir de ella se forman las partículas de materia física.

Se podría escribir un libro completo sobre esta materia. La información sobre la «localización» de los puntos coordenados principales y absolutos, por ejemplo, sería muy ventajosa. Estáis muy orgullosos de vuestra tecnología y de vuestra producción de artículos duraderos, de edificios y de carreteras, aunque muchos de ellos sean insignificantes si se los compara a ciertas estructuras del «pasado».

Una verdadera comprensión de la manera en la que una idea se convierte en materia física desembocaría en una renovación total de vuestra llamada tecnología moderna, y en edificios, carreteras y otras estructuras que sobrevivirían a aquellas que tenéis ahora. En cambio, mientras se haga caso omiso de la realidad psíquica de la materia, no podréis usar eficazmente esos métodos que existen, ni tampoco beneficiaros de ellos. No podréis comprender la realidad psíquica, que es el verdadero impulso de vuestra existencia física, a no ser que primero comprendáis vuestra propia realidad psíquica y vuestra independencia de las leyes físicas.

Por tanto, mi primer objetivo es haceros comprender la identidad interna de la que formáis parte, y liberaros de algunos de los lastres intelectuales y supersticiosos que os impiden reconocer vuestro potencial y las libertades que os son propias. Quizá entonces podríais empezar a aprender las distintas maneras en que se puede usar la libertad.

Éste es el final del dictado. También puede ser el fin del capítulo cinco. Podéis terminar la sesión o hacer una pausa si lo preferís.

(-Entonces haremos una pausa.)

(22.58. Finalmente éste fue el final de la sesión. Ambos estábamos cansados. El ritmo de Jane había sido considerablemente más rápido que en la última sesión, y mantuvo los ojos cerrados casi todo el tiempo.)

6. EL ALMA Y LA NATURALEZA DE SU PERCEPCIÓN

SESIÓN 526, 4 DE MAYO DE 1970

22.00 LUNES

(La sesión comenzó tarde esa noche debido a que estuve ocupado con un cuadro; trabajé hasta tarde, y necesitaba un pequeño descanso. Jane se sentía bien. Su ritmo era bastante rápido, el más rápido, creo, desde que Seth comenzó su libro. Jane estaba cómoda y relajada, con un tono de voz normal y los ojos cerrados con cierta frecuencia.)

Buenas noches.

(-Buenas noches, Seth.)

Bien, tendremos una sesión corta y comenzaremos a dictar el próximo capítulo.

Con la pequeña información que os he dado hasta ahora, podemos por fin empezar a tratar el tema de este libro: la eterna validez del alma. Incluso cuando estemos explorando otros asuntos, trataremos de ilustrar el aspecto multidimensional de ese ser interno. Hay muchos conceptos erróneos sobre ella, y antes que nada vamos a intentar descartarlos.

En primer lugar, el alma no es algo que vosotros tenéis: es lo que vosotros sois. Normalmente utilizo el término «entidad» con preferencia al término «alma», sencillamente porque la palabra «entidad» no tiene conectados esos conceptos

erróneos y sus connotaciones no son excesivamente religiosas.

El problema reside en que vosotros consideráis frecuentemente el alma o entidad como «algo» acabado y estático que os pertenece, pero que no es vosotros.

El alma o entidad -en otras palabras, vuestra identidad interna más íntima y poderosa- está cambiando siempre y así debe estar. No es, por tanto, algo así como una reliquia de familia muy querida. Está viva, es sensible y curiosa. Conforma la carne y el mundo que conocéis, y está en estado de realización.

Bien, en la realidad tridimensional en la que enfocáis principalmente vuestro ego, realizar presupone una consecución o un destino, un final de aquello que ha estado en situación de realización. Pero la existencia principal del alma o entidad está en otras dimensiones, y en ellas la realización no depende de la consecución de cosa alguna, sea espiritual o no.

El alma o entidad está continuamente en estado de cambio, o aprendiendo, y ocupada en desarrollos que tienen que ver más con la experiencia subjetiva que con el espacio y el tiempo. Esto no es tan misterioso como suena. Cada uno de mis lectores juega a un juego en el que el ser egotista consciente simula no saber lo que el ser total definitivamente conoce. Como el ego es claramente parte del ser total, debe necesariamente ser consciente de tal conocimiento. Sin embargo, en su intenso enfoque en la realidad física, finge no saber, hasta que se siente capaz de utilizar esa información en términos físicos.

Por lo tanto, vosotros tenéis acceso al ser interno. Casi nunca estáis desconectados de vuestra propia alma o entidad. El ego prefiere considerarse a sí mismo como el capitán que

está en el timón, por así decirlo, ya que es él el que se enfrenta más directamente a los acontecimientos, a veces tumultuosos, de la realidad física, y no quiere que lo distraigan de su cometido.

Los canales, ya sean psicológicos o psíquicos, existen siempre y envían comunicaciones en ambos sentidos entre los distintos niveles del ser, y el ego acepta la información y los datos necesarios que le llegan de las distintas partes internas sin cuestionárselas. De hecho, su posición depende en gran manera de esta aceptación no cuestionada de la información interna. En otras palabras, el ego, ese ser «exterior» que vosotros creéis que es vuestro ser, mantiene su seguridad y su aparente mando precisamente porque las capas internas de vuestra propia personalidad lo sostienen, tienen al cuerpo físico operando constantemente, y permiten la comunicación con los numerosos estímulos que llegan tanto de las condiciones exteriores como de las interiores. El alma o entidad no disminuye, sino que se expande a través de las distintas reencarnaciones y a través de las experiencias y existencias en realidades probables (esto es algo que explicaré más adelante).

(22.19. Nótese la cantidad de material dado desde las 22.00.) Si os empeñáis en que vuestra propia entidad es casi estéril en su singularidad, es simplemente porque tenéis una concepción muy limitada de ella. Hay millones de células en vuestro cuerpo, pero nombráis a vuestro cuerpo como una sola unidad y lo consideráis vuestro. Sois vosotros los que lo formáis, del principio al final, y lo hacéis a partir de sustancia viviente, y cada mínima partícula tiene su propia conciencia viviente. Así como hay racimos de materia, hay también racimos de conciencia particulares con su destino, capacidad y potencialidad propios. No existen limitaciones a vuestra propia entidad; así pues, vuestra entidad o alma no tiene fronteras, ya que éstas la encerrarían y negarían su libertad.

Podéis tomaros un descanso.

(22.24. Jane continuó con el mismo ritmo rápido a las 22.33.) A menudo se piensa que el alma es una especie de piedra preciosa, que finalmente presentaremos a Dios como regalo, o la consideramos igual que algunas mujeres solían considerar su virginidad: algo altamente apreciado que algún día se perderá, y cuya pérdida será un hermoso regalo para el receptor.

Esta idea aún perdura en ciertas filosofías, según las cuales el alma retornará a su dador primigenio o se disolverá en un estado nebuloso en algún lugar entre el ser y el no ser. Sin embargo, el alma es ante todo creativa, y se la puede considerar desde distintos puntos de vista. Hasta cierto punto, es posible detallar sus características y la verdad es que la mayoría de mis lectores podrían descubrirlas por sí mismos, si estuvieran lo suficientemente motivados y si ése fuese su interés principal. El alma o entidad es en sí misma la unidad de conciencia más motivada, más llena de energía y más potente conocida en cualquier universo.

Es energía concentrada hasta un grado que os resulta impensable. Contiene un potencial ilimitado, pero debe conformar su propia identidad y crear sus propios mundos. Lleva en su interior la carga de todo lo que es. En su interior existen potenciales de personalidad más allá de vuestra comprensión. Recordad que estoy hablando tanto de vuestra alma o entidad propia como de las almas o entidades en general. Vosotros sois una manifestación de vuestra propia alma. ¿Cuántos de vosotros querríais limitar vuestra realidad, vuestra total realidad, a la experiencia que conocéis ahora? Eso es lo que hacéis cuando os imagináis que vuestro ser actual es vuestra personalidad completa, o cuando insistís en que vuestra identidad se mantendrá sin cambios a través de toda la infinita eternidad.

(22.43.) Ésa sería una eternidad verdaderamente muerta. En cierta manera el alma es un dios incipiente, y más adelante en este libro discutiremos el «concepto de dios». No obstante, por ahora nos ocuparemos simplemente de la entidad o alma, el yo superior que, incluso en este momento, está susurrando en los más oscuros rincones de la experiencia de cada lector. No sólo espero poder convenceros de la eterna validez del alma o entidad, sino también ayudaros a sentir en vuestro interior su realidad vital. Pero, ante todo deberéis tener alguna idea de cómo es vuestra estructura psíquica y psicológica. Cuando podáis comprender hasta cierto punto quién y qué sois, entonces podré explicaros más claramente quién y qué soy yo. Confío en poder llegar a haceros conocer esos aspectos profundamente creativos de vuestro propio ser, a fin de que podáis usarlos para extender y expandir vuestra experiencia propia.

(Algo divertido.) Éste es el final del dictado. Concededme un momento. *(Pausa.)*

Quería comenzar este capítulo, porque eso hace que Ruburt se sienta mejor. Así termina la intriga *(sonriendo)* sobre lo que será el próximo capítulo. Pero concededme otro momento ahora. *(Pausa.)*

Debes tener en cuenta en tu retrato el sentido del juego y la ligereza. De lo contrario perderás tus brillantes colores y acabarás en una lobreguez que no deseabas. Recuerda que el alma es clara tras la fachada que veis vosotros, que incluso el cuerpo está en un estado constante de actividad casi mágica, a pesar de que lo pintes sentado en su silla y esté físicamente inmóvil.

(Aquí, inesperadamente, Seth se refirió al enorme retrato en el que yo había estado trabajando durante el último mes y que me había dado tanto trabajo ese día. El retrato es de un

paciente del hospital donde está mi padre. El modelo está sentado mudo y bastante rígido en su silla de ruedas. Todo había ido bien hasta el momento en que me encontré con dificultades respecto al color de su ropa. Finalmente eso me pareció tan irritante, que acabé haciéndolo todo de nuevo.)

(Como de costumbre, las observaciones de Seth sobre pintura eran excelentes; ya he dicho esto muchas veces con anterioridad. Nunca he oído a Jane hablar sobre pintura de la manera en que lo hace Seth. Ambas personalidades enfocan el tema desde puntos de vista totalmente divergentes.)

Bajo ese aparente estado de inmovilidad, tú quieres señalar el sentimiento de actividad acelerada y contenida que no puede ser expresada físicamente; eso es lo que debería irradiar del cuadro a pesar de la evidente e ilusoria apariencia que tiene la figura que estás pintando.

Quizá estés resaltando demasiado los detalles de la silla, como elementos constrictivos que mantienen a tu figura más o menos inmóvil. Él también crea la silla, por supuesto, como ya sabéis, y por lo tanto también las limitaciones. Creo que existe cierta dificultad, o existió *(¡desde luego que la hubo!),* con el ángulo inferior de la mano derecha; es cuestión quizá de darle más luces transparentes, aunque no demasiado evidentes. Tú ya estás resolviendo estos problemas. ¿Tenéis alguna pregunta?

(-Supongo que no. Estoy demasiado dormido para pensar.)

Entonces cerraré la sesión. Mis mejores deseos y que paséis una buena noche.

(-Gracias, Seth. Ha sido muy bueno.)

Gracias por tomar el dictado cuando estabas cansado.

(-Bueno, no ha sido tan terrible.)

(22.58. El ritmo de Jane había sido bueno hasta el final de la sesión.)

SESIÓN 527, 11 DE MAYO DE 1970

21.12 LUNES

Buenas noches.

(-Buenas noches, Seth.)

Bien, continuaremos con el capítulo que habíamos empezado.

Algunas personas imaginan que el alma es un ego inmortalizado, olvidando que el ego, tal y como vosotros lo conocéis, es sólo una pequeña parte del ser; de ese modo, proyectan *ad infinitum* esa pequeña porción de la personalidad. Como no comprendéis las dimensiones de vuestra realidad, es inevitable que vuestros conceptos sean limitados. Cuando el ser humano considera la «inmortalidad», parece esperar un mayor desarrollo del ego, e incluso en ese caso pone objeciones a la idea de que ese desarrollo implique un cambio. Sus religiones dicen que realmente posee un alma, sin tan siquiera pararse a pensar qué es el alma, y a menudo parece pensar en ella, repito, como un objeto de su posesión.

Ahora bien: la personalidad, tal y como la conocéis vosotros, cambia constantemente, y no siempre de manera previsible; de hecho, muy a menudo lo hace de una manera bastante imprevisible. Vosotros insistís en enfocar vuestra atención en las similitudes presentes a lo largo de vuestro comportamiento; y sobre eso basáis la teoría de que el ser sigue un patrón, sin daros cuenta de que sois vosotros los que se lo habéis inculcado. Y el patrón inculcado os impide

ver cómo es realmente el ser. Por consiguiente, también proyectáis ese punto de vista distorsionado a vuestra concepción de la realidad del alma, y veis el alma a la luz de esas concepciones erróneas que tenéis sobre la naturaleza de vuestros seres mortales.

(21.25.) Como veis, incluso el ser mortal es mucho más maravilloso y milagroso de lo que vosotros podéis percibir, y posee muchas más capacidades de las que le adjudicáis. Todavía no comprendéis la verdadera naturaleza de la percepción, ni siquiera en lo que concierne al ser mortal, de modo que apenas podéis comprender las percepciones que tiene el alma, ya que el alma, sobre todo, percibe y crea. Recordad otra vez que <u>sois</u> un alma.

El alma que está en vuestro interior, por tanto, está percibiendo ahora. Sus métodos de percepción son los mismos ahora que los que poseía antes de vuestro nacimiento físico, y que los que poseerá después de vuestra muerte física. Así que, básicamente, vuestra parte interna, la sustancia del alma, no va a cambiar repentinamente después de la muerte física ni sus métodos de percepción, ni sus características.

En consecuencia, ahora mismo podéis descubrir lo que *es* el alma. No es algo que os estará esperando después de la muerte, ni <u>tampoco</u> algo que debéis salvar o redimir; asimismo, nunca podréis perderla. La frase «perder o salvar el alma» ha sido mal interpretada y distorsionada, ya que ésa es vuestra parte verdaderamente indestructible. Abundaremos sobre este particular en una parte del libro que trata sobre la religión y el concepto de dios.

Vuestra propia personalidad tal y como la conocéis, esa parte vuestra más preciada, la que consideráis más exclusivamente vuestra, nunca podrá ser destruida o perdida. Es una parte del alma. No será engullida por el alma, ni

borrada por ella, ni subyugada por ella; ni siquiera se separará jamás de ella. Pero, sin embargo, es sólo uno de los aspectos de vuestra alma. Vuestra individualidad, como quiera que os guste pensar en ella, continúa existiendo.

Continúa creciendo y desarrollándose, pero su crecimiento y desarrollo dependen enormemente de su comprensión del hecho de que, aunque sea distinta e individual, sólo es una manifestación del alma. Y, de su grado de comprensión de este punto, depende que aprenda a desplegar su creatividad y a usar esas capacidades que permanecen inherentes en su interior.

Desdichadamente, sería más fácil deciros sencillamente que vuestra individualidad continúa existiendo, y dejar el asunto ahí. Pero, aunque esto constituya una parábola bastante razonable, ya ha sido contada con anterioridad de esa manera, y existe peligro hasta en la simplicidad del cuento. La verdad es que la personalidad que sois ahora y la personalidad que habéis sido y seréis -tal como vosotros entendéis el tiempo-, todas esas personalidades son manifestaciones del alma, de vuestra alma.

(21.42.) Vuestra alma, por lo tanto, el alma que sois, el alma de la que formáis parte, es un fenómeno mucho más creativo y milagroso de lo que podáis imaginar. Cuando esto no se entiende claramente, y cuando el concepto se diluye en pro de la simplicidad, como hemos dicho anteriormente, la intensa vitalidad del alma no puede ser entendida jamás. Vuestra alma, por lo tanto, posee la sabiduría, la información y el conocimiento que forman parte de la experiencia de todas esas personalidades, y en vuestro interior tenéis acceso a esa información; pero sólo en el caso de que lleguéis a comprender la verdadera naturaleza de vuestra realidad. Permitidme subrayar de nuevo que esas perso-nalidades independientes existen en vuestro interior y son

parte del alma, y cada una de ellas es libre para crecer y desarrollarse.

Sin embargo, existe una comunicación interna, y el conocimiento que posea una está disponible para todas, no después de la muerte física, sino ahora, en el momento presente. Ahora bien: el alma en sí misma, como ya hemos mencionado, no es estática. Crece y se desarrolla gracias a la experiencia de esas personalidades que la componen, y es —diciéndolo de la manera más simple posible- mucho más que la suma de sus partes.

(21.50.) En la realidad no existen sistemas cerrados. En vuestro sistema físico, la naturaleza de vuestra percepción limita hasta cierto punto vuestra idea de la realidad, porque vosotros decidís expresamente enfocaros dentro de determinado «escenario». Pero la conciencia no puede ser nunca un sistema cerrado, y toda barrera de esa naturaleza no es más que mera ilusión. Por consiguiente, el alma en sí misma no es un sistema cerrado. No obstante, cuando examináis el alma pensáis en ella de esa manera; la consideráis inamovible, una especie de alcázar psíquico o espiritual. Pero un alcázar no sólo mantiene alejados a los invasores: también impide la expansión y el desarrollo.

Hay aquí muchos temas muy difíciles de expresar en palabras, ya que tenéis tanto miedo a vuestro sentido de la identidad que os resistís, por ejemplo, a la idea de que el alma es un sistema espiritual abierto, un faro de creatividad que dispara en todas las direcciones... y éste es en verdad el caso.

Os digo esto, y a la vez os recuerdo que vuestra personalidad presente no se pierde nunca. Bien, otra palabra para el alma es la de entidad. Como veis, no es simplemente una cuestión de daros una definición del alma o de la entidad, porque incluso para poder tener una vislumbre de ella en

términos lógicos tendríais que entenderla en términos espirituales, psíquicos y electromagnéticos y comprender también la naturaleza básica de la conciencia y de la acción. Pero podéis descubrir intuitivamente la naturaleza del alma o entidad, y, en muchos aspectos, el conocimiento intuitivo es superior a cualquier otro.

Un requisito para esa comprensión intuitiva del alma es el deseo de conseguirla. Si el deseo es lo suficientemente fuerte, seréis conducidos automáticamente a experiencias que desembocarán en conocimiento vivido e inequívocamente subjetivo. Hay para ello métodos que os comentaré más adelante.

(22.02.) Por el momento, he aquí un ejercicio bastante simple y efectivo. Cerrad los ojos, después de que hayáis leído este capítulo hasta este punto, e intentad sentir dentro de vosotros la fuente de poder de la cual proceden vuestra fuerza de vida y vuestra respiración. Algunos de vosotros lo lograréis con éxito al primer intento; otros necesitaréis más tiempo. Cuando sintáis esa fuente en vuestro interior, intentad sentir su poder brotando hacia afuera desde la totalidad de vuestro ser físico, por las puntas de los dedos de las manos y de los pies, por los poros de vuestro cuerpo, irradiando desde vuestra forma física en todas las direcciones, con vosotros como centro. Imaginad unos rayos gigantes que alcanzan el follaje y las nubes en el cielo, que llegan hasta el centro de la tierra bajo vuestros pies, y se extienden hasta los más lejanos confines del universo.

No quiero decir que éste sea un ejercicio meramente simbólico, porque, aunque pueda empezarse con imaginación, está basado en el hecho de que las emanaciones de vuestra conciencia y la creatividad de vuestra alma verdaderamente se extienden hacia afuera de esa manera. Este ejercicio os permitirá haceros una idea de la verdadera naturaleza,

creatividad y vitalidad del alma de la cual podéis sacar vuestra propia energía y de la que sois una porción individual y única.

(Con sentido del humor:) Podéis tomaros un descanso.

(-Gracias.)

(22.10. El trance de Jane había sido profundo; su ritmo, rápido y con pocas pausas. Digo que Seth podría haber continuado alegremente sin parar. Pidió la pausa sólo porque yo dejé caer mi mano cansada sobre el sofá. Jane se sentía bien. No se había dado cuenta de que había pasado una hora. Obsérvese la cantidad de material transmitido.)

(Como sucede a menudo. Jane dijo que no recordaba la primera parte del capítulo, dada el cuatro de mayo. Continuamos al mismo ritmo rápido a las 22.27.)

Todo este estudio no pretende ser una presentación esotérica con poco significado práctico para vuestras vidas dianas. El hecho es que, mientras mantengáis conceptos limitados de vuestra propia realidad, no podréis aprovechar las muchas capacidades que os son propias; y, mientras tengáis conceptos limitados sobre el alma, os aisláis hasta cierto punto de la fuente de vuestro propio ser y creatividad.

Esas capacidades operan aunque no lo sepáis, pero a menudo operan a pesar vuestro, más que con vuestra cooperación consciente; y muchas veces, cuando os dais cuenta de que las estáis utilizando, os asustáis, os desorientáis y os confundís. No importa lo que os hayan enseñado: debéis comprender, por ejemplo, que las percepciones no son físicas de la manera en que normalmente se usa el término. Si percibís información que no procede de vuestros sentidos físicos, deberéis aceptar que ésa es la manera en que funciona la percepción.

Lo que suele ocurrir es que vuestra concepción de la realidad es tan limitada que os entra pánico cuando percibís cualquier experiencia que se sale de vuestra concepción de la realidad (y no estoy hablando meramente de las capacidades llamadas imprecisamente «percepciones extrasensoriales»). Estas experiencias os parecen extraordinarias porque habéis negado durante largo tiempo la existencia de cualquier percepción que no llegara a través de los sentidos físicos.

La llamada percepción extrasensorial sólo os da una idea burda y distorsionada de los principales modos en que el ser interno recibe información, pero la concepción de la percepción extrasensorial está al menos más cerca de la verdad, y como tal representa un avance sobre la idea de que toda percepción es esencialmente física.

Es casi imposible separar una exposición sobre la naturaleza del alma de una exposición sobre la naturaleza de la percepción. Veamos algunos puntos muy resumidos. Vosotros formáis la materia física y el mundo físico que conocéis. Se puede decir realmente que los sentidos físicos crean el mundo físico, y por ello os fuerzan a percibir de un modo físico cualquier campo de energía disponible e imponen un patrón altamente especializado sobre ese campo de realidad. Cuando usáis los sentidos físicos no podéis percibir la realidad de ninguna otra manera.

(22.44.) Esa percepción física no altera en manera alguna la percepción innata, fundamental y desprovista de trabas característica del ser interno, es decir, de la parte del alma que está en vuestro interior. El ser interno conoce su relación con el alma. Podríamos decir que es la parte del ser que actúa como mensajero entre el alma y vuestra personalidad actual. Debéis daros cuenta también que cuando utilizo los términos «alma» o «entidad», «ser interno» y «personalidad

actual», lo hago sólo por conveniencia, ya que uno forma parte del otro, por lo que no existe un punto en el que uno empiece y el otro termine.

Podéis ver esto fácilmente por vosotros mismos si consideráis la manera en que los psicólogos usan los términos «ego», «subconsciente» e incluso «inconsciente». Lo que parece ser subconsciente en un instante, puede ser consciente el siguiente. Un motivo inconsciente puede también ser consciente en un momento dado. Incluso tratándose de estos términos vuestra experiencia debería deciros que las palabras en sí mismas hacen divisiones que no existen en vuestra experiencia propia.

Os parece que percibís exclusivamente a través de los sentidos físicos, pero bastaría con que ampliarais vuestra idea egotista de la realidad para advertir que vuestro ego acepta con bastante facilidad la existencia de la información no física.

(Pausa a las 22.53.) Y, al hacerlo así, también sus ideas respecto a su propia naturaleza cambiarán y se expandirán en un instante, ya que habréis quitado las limitaciones que impedían su crecimiento. Ahora bien: todo acto de percepción cambia al que lo percibe, así que el alma, considerada como la que percibe, debe también cambiar. No existe una diferencia real entre el que percibe y la cosa aparentemente percibida; en cierta manera, la cosa percibida es una extensión del que percibe. Esto puede parecer extraño, pero todos los actos son mentales o, si lo preferís, psíquicos. Ésta es una explicación muy simple, pero el pensamiento crea la realidad. Entonces el creador del pensamiento percibe el objeto, y no entiende la conexión existente entre él y esa cosa aparentemente separada.

Esta característica de materializar pensamientos y emociones en realidades físicas es un atributo del alma. En vuestra

realidad, esos pensamientos se hacen físicos, mientras que en otras realidades pueden ser «elaborados» de una manera completamente diferente. Vuestra alma, eso que sois, crea pues para vosotros vuestra realidad física diaria a partir de la naturaleza de vuestros pensamientos y expectativas.

Por lo tanto, podéis comprender fácilmente lo importante que son realmente vuestros sentimientos subjetivos. Este conocimiento —el de que vuestro universo es la materialización de ideas- puede daros inmediatamente pistas que os permitan cambiar de una manera benéfica vuestro entorno y vuestras circunstancias. Cuando no comprendéis la naturaleza del alma y no os dais cuenta de que vuestros pensamientos y sentimientos forman la realidad física, os sentís impotentes para cambiarla. En otros capítulos de este libro espero poder daros información práctica que os permitirá alterar prácticamente la naturaleza y estructura de vuestra vida diana.

(Jane, como Seth, se inclinó hacia adelante sonriendo.) ¿Estás cansado?

(-No me vendría mal un breve descanso. -Jane, que continuaba en trance, no dejaba de mirarme. Tenía los ojos muy oscuros-, Estoy bien -le dije-. ¿ Quieres continuar? Yo estoy bien.)

No quiero echar esto sobre mi conciencia. Lo que verdaderamente necesitamos es un juego extra de dedos para ti. Tómate un descanso por encima de todo. *(Divertido.)* No tengo intención de que dure mucho.

(-No hay problema.)

(Repentinamente en voz alta y poderosa:) Una noche podría estar dictando toda la noche, y así adelantaríamos tres sesiones.

(-Estoy seguro de que eres capaz.)

(23.09. De nuevo el trance de Jane había sido profundo, y de nuevo yo tenía la mano acalambrada. No dudaba que Seth era capaz de hablar toda la noche; las limitaciones que había eran las nuestras. Jane sentía una energía muy fuerte.)

(Esta pausa marcó el final del dictado por esa noche, anunció Seth cuando volvió a las 23.28. Luego transmitió aproximadamente una página de material personal para Jane y para mí, y terminó la sesión con un talante jovial a las 23.35.)

SESIÓN 528, 13 DE MAYO DE 1970

21.03 MIÉRCOLES

Buenas noches.

(-Buenas noches, Seth.)

(Sonrisas.) Es la hora del escritor, así que continuaremos con el dictado.

El alma percibe todas las experiencias directamente. La mayoría de las experiencias de las que sois conscientes llegan en un envoltorio físico, y vosotros confundís el envoltorio con la experiencia, y no pensáis en buscar dentro de ella. El mundo que conocéis es una de las infinitas materializaciones de la conciencia, y solo es válido como tal.

El alma, sin embargo, no necesita seguir las leyes y principios que son parte de la realidad física, y no depende de la percepción física. Las percepciones del alma son actos y acontecimientos mentales, que están, por así decirlo, bajo los acontecimientos físicos que vosotros conocéis. Las

percepciones del alma no dependen del tiempo, pues el tiempo es un camuflaje físico y no se aplica a la realidad no física.

Resulta difícil explicaros de qué manera trabajaba realmente la experiencia directa, pues es un campo total de percepción que no tiene en cuenta atributos físicos como el color, el tamaño y el peso, con los que se viste vuestra percepción física.

(21.19.) Las palabras se usan para contar una experiencia, pero evidentemente no son la experiencia que intentan describir. Sin embargo, vuestra experiencia física subjetiva está tan inmersa en las palabras pensadas, que os resulta casi imposible concebir una experiencia que no esté orientada hacia el pensamiento expresado en palabras.

Cada acontecimiento del que sois conscientes es de por sí la expresión de un acontecimiento interno, psíquico o mental, que el alma percibe directamente y que las partes físicamente orientadas del ser traducen a términos que tengan sentido físico.

Es evidente entonces que el alma no necesita el cuerpo físico para experimentar la percepción, que la percepción no depende de los sentidos físicos, que la experiencia continúa ya sea en esta vida o en otra, y que los métodos básicos de percepción del alma están operando también dentro de vosotros ahora, mientras leéis este libro. Es evidente asimismo que vuestra experiencia en el sistema físico depende de la forma y los sentidos físicos, puesto que ellos interpretan la realidad y la convierten en datos físicos. Por lo tanto, se pueden obtener algunas pistas de la experiencia directa del alma desconectando momentáneamente los sentidos físicos, o evitando usarlos como perceptores y recurriendo a otros métodos. Ahora hacéis esto hasta cierto punto en estado de sueño, aunque en muchos sueños tenéis

tendencia a traducir la experiencia a términos físicos como si fueran alucinaciones. La mayoría de los sueños que recordáis son de esa naturaleza.

En ciertas profundidades del sueño, sin embargo, la percepción del alma opera relativamente sin estorbos. En ellos bebéis, por así decirlo, directamente del pozo puro de la percepción. Os comunicáis con las profundidades de vuestro ser y con la fuente de vuestra creatividad. Como estas experiencias no se traducen físicamente, no permanecen por la mañana, no las recordáis como sueños. No obstante, más tarde, esa misma noche, pueden formarse sueños a partir de la información conseguida durante lo que llamaré «la experiencia profunda». Esos sueños no serán una traducción exacta de la experiencia, sino algo así como una parábola onírica (algo completamente diferente, como veis).

(21.35.) Ese nivel particular de conciencia que ocurre en estado de sueño no ha sido aún descubierto por vuestros científicos. En su transcurso se genera la energía que hace posible el estado de sueño. Es verdad que los sueños permiten al ser físicamente orientado asimilar la experiencia del momento, pero también es verdad que luego la experiencia vuelve a sus componentes iniciales; se rompe en mil pedazos, por así decirlo. Algunas partes de ella se retienen como datos de sensaciones físicas del «pasado», pero la totalidad de la experiencia retorna a su estado directo inicial.

Luego existe «eternamente», desprovista del ropaje físico que necesitáis para poder entenderla. La existencia física es uno de los caminos que escoge el alma para experimentar su propia realidad. El alma, en otras palabras, ha creado un mundo para que vosotros lo habitéis y lo cambiéis: una esfera completa de actividad en la que pueden emerger nuevos desarrollos y, por supuesto, nuevas formas de conciencia.

Dicho de otra manera, vosotros creáis continuamente vuestra alma al igual que ella os crea continuamente a vosotros.

Podéis tomaros un descanso.

(21.43. En ciertos momentos Jane se aproximaba a la velocidad de la última sesión. Continuamos más lentamente a las 22.05.)

El alma no puede disminuir nunca, ni tampoco puede hacerlo esencialmente ninguna parte del ser.

El alma puede ser considerada como un campo de energía electromagnética, del cual formáis parte. Cuando se la considera bajo esa luz, es un campo de acción concentrada, una «central de energía» de probabilidades o de acciones probables que buscan la expresión, un grupo de conciencias físicas que no obstante se conoce a sí mismo como identidad. Miradlo de esta manera: la joven mujer a través de la que hablo lo explicó en un poema, y la cito: «Estos átomos hablan, y se llaman a sí mismos por mi nombre.»

Vuestro cuerpo físico es un campo de energía con una cierta forma; sin embargo, cuando alguien os pregunta por vuestro nombre, vuestros labios lo pronuncian, aunque ese nombre no pertenece a los átomos y moléculas de los labios que pronuncian las sílabas. El nombre sólo tiene significado para vosotros. No podéis tocar con el dedo vuestra propia identidad en algún lugar de vuestro cuerpo. Si pudierais viajar dentro de éste, no podrías encontrar el lugar donde reside la identidad, pero a pesar de ello decís: «Éste es mi cuerpo» y «Éste es mi nombre».

(22.14.) Si no os podéis encontrar dentro de vuestro cuerpo, entonces ¿dónde está esa identidad vuestra que dice que tiene órganos y células propios? Evidentemente vuestra identidad tiene alguna conexión con vuestro cuerpo, ya que no tenéis problemas al distinguir vuestro cuerpo de otro, y

ciertamente no tenéis problemas para distinguir entre vuestro cuerpo y una silla, digamos, en la que os podéis sentar.

De una manera más amplia, la identidad del alma puede ser contemplada desde el mismo punto de vista. Conoce quién es, y está más segura de su identidad, evidentemente, de lo que vuestro ser físico lo está de la suya. Y, sin embargo, ¿dónde puede encontrarse en el campo de energía electromagnética la identidad del alma como tal?

Ella genera todas las otras partes del ser, y os da la identidad que os es propia. Y cuando se le pregunta «¿Quién eres?», ella responderá sencillamente: «Yo soy yo», y también contestará por vosotros.

(Pausa a las 22.20.) Desde el punto de vista de la psicología tal y como la entendéis vosotros, el alma se podría considerar como la principal identidad, que es en sí misma una Gestalt de otras muchas conciencias individuales: un ser ilimitado capaz de expresarse a sí mismo de muchas maneras y formas, y aun así capaz de mantener su propia identidad, su propia condición de «yo soy», a pesar de darse cuenta de que su condición de «yo soy» puede ser parte de otra condición de «yo soy». Estoy seguro de que esto puede pareceres inconcebible, pero el hecho es que esa condición de «yo soy» se conserva aunque, figurativamente hablando, pueda fusionarse con otros campos de energía y desplazarse a través de ellos. En otras palabras, existe un toma y daca entre almas o entidades, y no hay límite a las posibilidades, tanto de desarrollo como de expansión. Y, repito, el alma no es un sistema cerrado.

Pero vuestra existencia presente está tan enfocada en un área estrecha, que ponéis unos límites estrictos a vuestras definiciones y a vuestro ser, y luego los proyectáis sobre vuestros conceptos del alma. Os preocupáis por vuestra identidad física y limitáis el alcance de vuestra percepción,

temerosos de que, si controláis más, no conservaréis vuestra autenticidad.

El alma no tiene miedo a su identidad: está segura de sí misma y está siempre buscando. No teme sentirse abrumada por la experiencia o la percepción. Si tuvierais una comprensión más profunda de la naturaleza de la identidad no tendríais, por ejemplo, miedo a la telepatía, ya que tras este miedo está la preocupación de que vuestra identidad sea borrada por las sugerencias o pensamientos de otros.

No existe un sistema psicológico cerrado, y ninguna conciencia está cerrada, a pesar de las apariencias contrarias que existen en vuestro sistema. El alma *es* viajera, como ya se ha dicho tan a menudo; pero también es creadora de toda la experiencia y de todos los destinos. Crea el mundo tal y como va, por decirlo así.

Bien, ésa es la verdadera naturaleza del ser psicológico del que formáis parte. Como ya he mencionado, más adelante en este libro os daré algunas sugerencias prácticas que os permitirán reconocer algunas de vuestras capacidades más profundas, y utilizarlas para vuestro propio desarrollo, placer y educación.

La conciencia no está esencialmente construida sobre esos preceptos del bien y el mal que tan a menudo os preocupan. Por deducción, tampoco lo está el alma. Esto no quiere decir que en vuestro sistema, y en algunos otros, no existan estos problemas, ni que lo bueno no sea preferible a lo malo. Sencillamente quiere decir que el alma conoce que el bien y el mal no son más que manifestaciones diferentes de una realidad aún mayor.

Podéis tomaros un descanso ahora.

(De 22.37 a 22.44.)

Bien, quiero resaltar de nuevo que, pese a que todo esto parece difícil cuando se dice, resultará más claro intuitivamente cuando aprendáis a experimentar lo que sois (aunque no podáis viajar al interior de vuestro cuerpo físico para buscar vuestra identidad, sí podéis hacerlo a través de vuestro ser psicológico).

Hay muchas más maravillas que percibir a través de esta exploración interna de lo que nunca podríais imaginar hasta que comencéis ese viaje por vosotros mismos. Vosotros sois un alma, una manifestación particular de un alma, y es un auténtico disparate pensar que debéis permanecer ignorantes de la naturaleza de vuestro propio ser. Puede que no seáis capaces de expresar vuestro conocimiento en palabras, pero ello no negará en manera alguna el valor o la validez de la experiencia que haréis vuestra una vez que comencéis a mirar en vuestro interior.

Podéis llamar a esto exploración espiritual, o psíquica, o psicológica, como prefiráis. No vais a intentar buscar vuestra alma;

por lo que a eso respecta, no hay nada que encontrar. No está perdida, y vosotros no estáis perdidos. Las palabras que uséis no harán diferencia alguna, pero vuestro intento si lo hará.

Fin del dictado. Y ahora dadnos un momento, por favor.

(Pausa a las 22.51. Como en la última sesión, Seth cerró el trabajo de esa noche transmitiéndonos una página de material personal para Jane y para mí. Acabamos a las 23.01.)

(Jane no había leído el libro de Seth en los últimos días. Después de oír mi descripción de esta sesión, sin embargo, me pidió una copia de un par de paginas después de mecanografiadas. Quería leerlas en su clase de percepción

extrasensorial.)

7. POTENCIALES DEL ALMA

SESIÓN 530, 20 DE MAYO DE 1970

21.19 MIÉRCOLES

Buenas noches.

(-Buenas noches, Seth.)

Bien, retomamos el dictado. Estamos comenzando el capítulo ocho. *(Nota: esto parece ser un error de pronunciación.)*

Vosotros creéis que sólo tenéis una forma, la física que percibís, y ninguna otra. También creéis que vuestra forma sólo puede estar en un lugar a la vez. Os aseguro que tenéis otras formas que no percibís, y también creáis varias clases de formas para distintos propósitos, aunque éstas tampoco las percibís físicamente.

Vuestro principal sentido de identidad está basado en vuestro cuerpo físico, y por eso es tan difícil para vosotros, por ejemplo, el imaginaros sin él, o fuera de él, o desconectados de él de alguna manera. La forma es el resultado de la energía concentrada, y su patrón es consecuencia de las ideas de imágenes psíquicas o emocionales dirigidas vividamente. La intensidad es de suma importancia. Si tuvierais, por ejemplo, un deseo muy vivido de estar en algún otro lugar, entonces, sin daros cuenta conscientemente, una forma pseudofísica idéntica a la vuestra podría aparecer en ese lugar. El deseo acarreará la impresión de vuestra

personalidad e imagen, aun cuando no seáis conscientes de esa imagen o de su aparición en ese otro lugar.

Aunque, generalmente, esta imagen-pensamiento no puede ser vista por otras personas, es bastante probable que en el futuro haya instrumentos científicos capaces de percibirla. Tal y como están las cosas ahora, esa imagen sólo puede ser percibida por aquellos que han desarrollado el uso de sus sentidos internos. Cualquier acto mental intenso -emoción o pensamiento- no sólo se traduce de alguna manera física o pseudofísica, sino que también acarreará hasta cierto punto la impronta de la personalidad que la concibió originalmente.

(21.30.) Existen muchas de esas formas latentes o incipientes. Para ayudaros a imaginar lo que os estoy explicando, podéis concebirlas como imágenes fantasmas, o imágenes de sombras, aunque esto no es más que una analogía; son las formas que están justo detrás, las que aún no han emergido completamente a la realidad física que vosotros conocéis, pero que, sin embargo, son lo suficientemente vividas para conformarse. La verdad es que, si pudierais verlas, pensaríais que son bastantes reales.

En realidad cada individuo envía frecuentemente esas imágenes-réplica de sí mismo, aunque el grado de materialización puede variar; algunas formas, por ejemplo, son más indefinidas que otras. No obstante, esas formas no son meras proyecciones o imágenes «planas». Tienen un efecto definido sobre el ambiente. Se «hacen sitio» a sí mismas de una manera que es bastante difícil de explicar, aunque a veces pueden coexistir con formas u objetos físicos, e incluso se les pueden superponer, en cuyo caso hay una clara interacción, un intercambio que -de nuevo- está más allá de la percepción física.

Vosotros podríais, por ejemplo, desear fervientemente estar en una playa conocida, lejana y muy querida. Este deseo

intenso actuaría inmediatamente como un núcleo de energía proyectada hacia afuera desde vuestra propia mente y tendría una forma, la vuestra. El lugar que habíais visualizado atraería entonces la forma, e inmediatamente ella estaría allí. Esto pasa con gran frecuencia.

Esa forma no podría ser vista en circunstancias normales. Por otro lado, si el deseo fuese aún más intenso, el núcleo de energía sería mayor, y una parte de vuestro propio flujo de energía se uniría a la forma, de tal manera que durante un momento en vuestra habitación podría sentirse repentinamente el olor del aire salado, o percibir de alguna otra manera el entorno en el que está esa pseudoimagen.

(21.44.) El alcance de la percepción variará enormemente. Para empezar, vuestra forma física es resultado de vuestro enfoque emocional. La maravillosa energía de vuestra psique no sólo ha creado vuestro cuerpo físico, sino que también lo mantiene.

El cuerpo no es algo continuo, aunque a vosotros os parece bastante permanente mientras dura. Sin embargo, está en constante estado de pulsación y, debido a la naturaleza de la energía y de su constitución, el cuerpo en realidad se enciende y se apaga.

Esto resulta difícil de explicar, y no es estrictamente necesario para nuestro propósito actual que comprendáis la razón de esta pulsación; pero, incluso físicamente, estáis «no aquí» casi tan a menudo como estáis aquí. Además de vuestro cuerpo físico, vuestra intensidad y enfoque emocionales crean otras formas, cuya duración y grado dependen de la intensidad del origen emocional.

Así pues, vuestro espacio está lleno de formas incipientes, bastante vividas, que se encuentran bajo la estructura normal de la materia que percibís vosotros.

(Jane, como Seth, se inclinó hacia la mesita que había entre nosotros para coger mi vaso de cerveza, que estaba medio lleno. Hago esta nota debido a lo que sigue.)

Ruburt te lo agradece. No es necesario que anotes esto. Ahora iremos más despacio de vez en cuando, para poder escoger la palabra adecuada, pues algunas partes de este material son algo difíciles.

(-Muy interesante. -Ya había notado las variaciones casi regulares en el ritmo de transmisión de Jane poco después de comenzar la sesión. Algunos segmentos eran muy rápidos, otros lentos, y algunos párrafos a ritmo normal. Ese efecto era más evidente esa noche que otras.)

Bien, estas proyecciones realmente se emiten constantemente. Unos instrumentos científicos más sofisticados de los que tenéis ahora podrían mostrar no sólo la existencia de estas formas, sino también las vibraciones de las cambiantes ondas de intensidad que rodean a esos objetos físicos que vosotros percibís.

(21.57.) Para aclarar este punto, mirad la mesa que está en la habitación. Es un objeto físico, sólido y podéis percibirlo fácilmente. Ahora, para esta analogía, imaginad que tras la mesa hay otra mesa exactamente igual, pero no tan sólida, y tras esa otra, y otra detrás de aquélla, cada una más difícil de percibir que la anterior, diluyéndose en la invisibilidad. Y delante de la mesa hay una exactamente igual, sólo que con una apariencia un poco menos física que la mesa «real», y que también tendrá otra sucesión de mesas cada vez menos físicas que se extiende hacia adelante. Y lo mismo ocurre a cada lado de la mesa.

Bien, todo lo que aparece en un nivel físico, existe también en otros niveles que vosotros no percibís. Vosotros sólo podéis percibir las realidades cuando alcanzan un cierto

«punto», cuando parece que se incorporan a la materia. Pero realmente también existen en otros niveles y con bastante validez.

Ahora podríais tomaros un descanso y relajaros en otro nivel.

(De 22.02 a 22.20.) También hay realidades *(pausa)* que son «relativamente más válidas» que la vuestra, en las que, siguiendo con la analogía, vuestra mesa física parecería una sombra, como aquellas otras mesas más indefinidas que hemos imaginado; tendríais, pues, una especie de «supermesa». El vuestro, sin embargo, no es un sistema de realidad que esté formado por la concentración de energía más intensa: es simplemente aquel con el que estáis sintonizados y del que sois parte. Y es simplemente por esa razón por la que lo percibís.

No obstante, hay otras partes vuestras que no conocéis conscientemente que moran en lo que vosotros llamaríais un supersistema de realidad en el que la conciencia aprende a manipular y percibir concentraciones de energía más fuertes, y a elaborar «formas» de naturaleza verdaderamente distinta.

Vuestro concepto del espacio resulta sumamente distorsionado, ya que para vosotros el espacio es sencillamente aquel lugar en el que no se percibe nada. Es evidente que está lleno de todo tipo de fenómenos *(pausa)* que no hacen impresión alguna en vuestros mecanismos de percepción. En algunas ocasiones conseguís sintonizar con esas otras realidades hasta cierto punto, y lo hacéis de modo intermitente, aunque en algunos casos la experiencia se pierde porque no se la registra físicamente.

(Pausa a las 22.30.) Volved a pensar en aquella forma que enviasteis al mar. Aunque no estaba equipada con vuestros sentidos físicos, era en sí misma capaz de percibir, hasta

cierto punto. Vosotros la proyectasteis sin saberlo, pero siguiendo leyes bastante naturales. Era una forma elaborada a partir de un intenso deseo emocional. *(Pausa.)* Esa imagen sigue entonces las leyes de su propia realidad y, hasta cierto punto -y en grado menor que vosotros-, tiene su propia conciencia. *(Pausa.)*

Volviendo a usar una analogía, vosotros habéis sido enviados fuera por un superyó que deseó fuertemente la existencia en forma física. Pero no sois un títere de ese superyó; seguís vuestra propia línea de desarrollo y, con unos medios demasiado complicados para explicarlos aquí, añadís experiencia al superyó y ampliáis la naturaleza de su realidad. También aseguráis vuestro propio desarrollo, y podéis beneficiaros de la experiencia del superser.

Tampoco seréis nunca tragados por el yo que, así explicado, parece tan superior. Debido a que existís, enviáis fuera proyecciones vuestras, como hemos dicho antes. En la realidad de la conciencia no hay límites, ni tampoco en sus medios de materialización. Ni tampoco existe límite alguno en los posibles desarrollos de cada identidad.

Bien, quería empezar este capítulo esta noche para que pudiéramos tener un buen comienzo. Sin embargo, tendremos una sesión fácil y cómoda.

(-Estoy bien.)

Has bostezado bastante a menudo.

(-Eso no importa. Ahora me siento muy bien.)

Tomaos un pequeño descanso y luego continuaremos.

(22.43. El trance de Jane había sido bueno, y el ritmo regular. Volvemos con más lentitud a las 22.54.)

Dejadme que lo aclare de nuevo: vuestra personalidad actual como la concebís vosotros es verdaderamente «indeleble» y después de la muerte continúa creciendo y desarrollándose.

Lo vuelvo a mencionar para que no os sintáis perdidos, negados o insignificantes. Obviamente existe un número infinito de gradaciones en los tipos y clases de formas de las que hemos estado hablando. Esa energía que proyecta nuestro «superyó», esa chispa de intensa identidad que desencadenó vuestro nacimiento físico, ese ímpetu único, en cierto sentido tiene muchas similitudes con el viejo concepto del alma, excepto que sólo contiene una parte de la historia.

(Larga pausa a las 23.01. Jane hacía ahora pausas muy marcadas entre frases, mientras transmitía el material.)

Mientras continuáis existiendo y desarrollándoos como individuos, vuestro ser total, o alma, tiene un potencial tal que no puede nunca expresarse totalmente a través de una sola personalidad, como ya expliqué someramente en un capítulo anterior.

Vosotros podéis crear una forma a través de un enfoque emocional intenso y proyectarla a otra persona, que puede entonces percibirla. Esto se puede hacer consciente e inconscientemente, y es bastante importante. Aquí no incluimos a la llamada forma astral, que es algo totalmente diferente. El cuerpo físico es la materialización de la forma astral.

(23.05.) Sin embargo, ella no abandona el cuerpo en ningún momento, y no es ella la que se proyecta en casos como los de la analogía de la orilla del mar que usamos anteriormente. En el presente no sólo estáis enfocados en el cuerpo físico, sino también en una frecuencia de acontecimientos que interpretáis como tiempo. Simultáneamente existen otros

períodos históricos igualmente válidos, y otros yoes reencarnados, pero no estáis sintonizados con esas frecuencias.

Podéis saber lo que sucedió en el pasado y tener historia, ya que, de acuerdo con las reglas del juego que habéis aceptado, creéis que podéis percibir el pasado, pero no el futuro. Podríais tener la historia del futuro en el presente, si las reglas del juego fueran diferentes. ¿Me sigues?

(-Sí.)

(Larga pausa a las 23.11.) En otros niveles de realidad, las reglas del juego cambian. Después de la muerte -hablando en vuestros términos- estáis bastante abiertos a la percepción, y el futuro os parece tan claro como el pasado. Sin embargo, incluso esto es muy complicado, pues no hay un solo pasado. Vosotros aceptáis como reales sólo cierta clase de acontecimientos y desdeñáis otros. No obstante, hay también pasados probables que existen más o menos fuera de vuestra comprensión. Escogéis un

grupo particular de esos acontecimientos y os aferráis a ellos como si fuesen los únicos posibles, sin daros cuenta de que habéis seleccionado de una variedad infinita de acontecimientos pasados.

Obviamente, existen futuros probables y presentes probables. Estoy intentando explicar esto en vuestros términos, ya que, básicamente, las palabras «pasado», «presente» y «futuro» carecen de significado en lo que se refiere a la verdadera experiencia tanto como las palabras «ego», «consciente» o «inconsciente».

Terminaré ahora el dictado por esta noche. *(Risueño:)* En esta noche probable elijo esta alternativa probable. Mis mejores deseos para vosotros dos.

(23.20. A continuación Seth nos transmitió dos páginas de material muy interesante relativo a un psíquico-escritor y a su mujer, que fueron testigos de la suprimida sesión 529, del pasado lunes 18 de mayo. La sesión de esta noche terminó realmente a las 23.35.)

SESIÓN 531, 25 DE MAYO DE 1970

21.22 LUNES

Buenas noches.

(-Buenas noches, Seth.)

Bien, retomemos el dictado.

No sólo sois parte de otros yoes independientes, cada uno de los cuales está enfocado en su propia realidad, sino que existe también una interrelación. Debido a ella, vuestra experiencia no necesita, por ejemplo, estar limitada por los mecanismos físicos de percepción. Podéis tener acceso al conocimiento que pertenece a esos otros yoes independientes. Podéis aprender a enfocar vuestra atención fuera de la realidad física, para aprender nuevos métodos de percepción que os permitan ampliar vuestro concepto de la realidad y expandir enormemente vuestra experiencia.

(21.28. La transmisión de Jane comenzó a acelerar su ritmo.)

Pero, como creéis que la existencia física es la única válida, no se os ocurre mirar a otras realidades. Cosas tales como la clarividencia y la telepatía os pueden dar pruebas de otros tipos de percepción, pero también estáis involucrados en experiencias bastante definidas tanto cuando estáis en el estado normal despierto como cuando dormís.

El llamado flujo de conciencia es simplemente eso: un pequeño flujo de pensamientos, imágenes e impresiones, que forma parte de un río más profundo de conciencia que representa a vuestra propia existencia y conciencia principales. Vosotros perdéis todo vuestro tiempo

examinando este pequeño flujo, de manera que quedáis hipnotizados por su fluir y hechizados por su movimiento. Simultáneamente esos otros flujos de percepción y conciencia pasan por vuestro lado sin que os deis cuenta, y, sin embargo, ellos son una parte vuestra muy importante y representan aspectos, acontecimientos, acciones y emociones bastante válidos con los que también estáis comprometidos en otros niveles de realidad.

(21.35.) Estáis implicados tan vivida y activamente en estas realidades como lo estáis en esa otra en la que ahora tenéis enfocada vuestra atención principal. Como por lo general sólo estáis interesados en vuestro ser y vuestro cuerpo físicos, fijáis la atención en el flujo de conciencia que os parece que está relacionado con ellos. Esos otros flujos de conciencia, no obstante, están conectados con otras formas del yo que no percibís. En otras palabras, el cuerpo es simplemente una manifestación de lo que sois en una realidad, pero también tenéis formas en esas otras realidades.

«Vosotros» no estáis separados de esos otros flujos de conciencia en manera alguna; lo que ocurre es que el enfoque de vuestra conciencia os cierra a ellos y también a los acontecimientos que les conciernen. Pero, si imagináis que vuestro flujo de conciencia es transparente, podréis aprender a mirar a través de él y bajo él a otros que están en otros planos de realidad. También podéis aprender a saliros de vuestro flujo de conciencia presente y percibir otros que -siguiendo con la analogía- corren paralelos a él. El hecho es que estaréis limitados por el yo que conocéis, si pensáis que sólo sois eso y no os dais cuenta de que ese yo es una ínfima parte de vuestra identidad total.

A menudo sintonizáis con esos otros flujos de conciencia

sin advertir que lo habéis hecho, pues, repito, son parte del mismo río de vuestra identidad, por lo cual todos están conectados.

Todo trabajo creativo os implica en un proceso cooperativo por el que aprendéis a profundizar en esos otros flujos de conciencia, para conseguir una percepción que tiene muchas más dimensiones que la que hay en ese flujo de conciencia normal y estrecho que conocéis. Por esta razón, la gran creatividad es multidimensional. Su origen no tiene lugar en una sola dimensión, sino en muchas, y tiene el matiz de la multiplicidad de ese origen.

(21.49.) La gran creatividad siempre parece mayor que su dimensión y realidad puramente físicas. En contraste con lo llamado normal, parece casi una intrusión. Corta la respiración. Una creatividad tal automáticamente recuerda a todo hombre su propia realidad multidimensional. Por tanto, la máxima «conócete a ti mismo» tiene mucho más significado del que mucha gente podría suponer.

En momentos de soledad podéis conocer alguno de esos otros flujos de conciencia. A veces podéis oír palabras o ver imágenes que aparecen fuera de contexto en vuestros pensamientos. De acuerdo con vuestra educación, creencias y formación podéis interpretarlas de múltiples maneras; a ese respecto, incluso podrían originarse en fuentes distintas. Sin embargo, en muchas ocasiones habéis sintonizado inadvertidamente con uno de esos flujos de conciencia, y habéis abierto momentáneamente un canal a esos otros niveles de realidad en que habitan otras partes vuestras.

Algunos de esos flujos pueden incluir pensamientos de lo que vosotros llamaríais un yo reencarnado, enfocado en otro período de la historia, según la conocéis vosotros. También podríais «pescar» un acontecimiento en el que estuviese involucrado un yo probable, de acuerdo con vuestra

inclinación, vuestra flexibilidad psíquica, vuestra curiosidad y vuestro deseo de conocimiento. En otras palabras, podéis ser conscientes de una realidad mucho mayor que la que conocéis, usar capacidades que no sabéis que poseéis, conocer más allá de toda duda que vuestra conciencia e identidad propias son independientes del mundo en el que enfocáis ahora vuestra atención principal. Si todo esto no fuera verdad, yo no estaría escribiendo este libro y vosotros no lo estaríais leyendo.

(Con sentido del humor:) Ahora vosotros podéis tomaros un descanso.

(-Gracias. -De las 22.01 a las 22.10.)

Ahora bien: esas otras existencias vuestras siguen alegremente su curso aunque estéis despiertos o dormidos, aunque normalmente las bloqueáis cuando estáis despiertos. En estado de sueño sois mucho más conscientes de ellas, si bien hay un proceso final en el sueño que frecuentemente enmascara las experiencias psicológicas y psíquicas intensas y, desafortunadamente, lo que soléis recordar es la versión onírica final.

En esa versión final convertís la experiencia principal en algo que sea lo más parecido posible a los términos físicos. Por lo tanto, llega distorsionada. Aun así, los niveles más profundos del ser no hacen ese proceso final de arreglo, sino que es algo mucho más cercano a un proceso consciente de lo que creéis.

Una pequeña aclaración podría explicar lo que quiero decir aquí. Si no queréis recordar un sueño en particular, vosotros mismos censuráis la memoria en unos niveles bastante cercanos a la conciencia. A menudo incluso podéis sorprenderos en el acto de suprimir deliberadamente el

recuerdo de un sueño. El proceso de arreglo ocurre casi en el mismo nivel, aunque no del todo.

Aquí se disfraza apresuradamente a la experiencia principal con ropas lo más parecidas posible a las físicas. Eso no lo hacéis porque queráis entender la experiencia, sino porque rehusáis aceptar que sea esencialmente no física. No todos los sueños son de esa naturaleza; algunos tienen lugar en áreas psíquicas o mentales conectadas con vuestra actividad diaria, en cuyo caso el proceso del disfraz no es necesario. Pero en niveles muy profundos de la experiencia del sueño - aquellos que, casualmente, aún no han sido investigados por los científicos en los llamados laboratorios de sueños- entráis en comunicación con otras partes de vuestra propia identidad, y con las otras realidades en las que existen.

(22.20.) En ese estado os dedicáis a trabajos y labores que pueden estar conectados o no a vuestros intereses tal y como los conocéis. Aprendéis, estudiáis, jugáis; hacéis cualquier cosa excepto dormir *(sonrisa),* según la idea que tenéis del término. Estáis muy activos. *(Con sentido del humor.)* Estáis inmersos en el trabajo de fondo, en el verdadero núcleo de la existencia.

Permitidme señalar aquí que lo que ocurre sencillamente es que no estáis inconscientes. Sólo lo parece, ya que por regla general no recordáis nada de esto por la mañana. Sin embargo, hay personas que son parcialmente conscientes de estas actividades, y existen métodos que os permitirán recordarlos hasta cierto punto.

No quiero minimizar la importancia de vuestro estado de conciencia, como, por ejemplo, el que tenéis cuando estáis leyendo este libro. Presumiblemente estáis despiertos; pero, en gran parte, cuando estáis despiertos descansáis mucho más de lo que lo hacéis en el llamado estado inconsciente nocturno. En él conocéis mucho más ampliamente vuestra

propia realidad, y sois libres para usar esas capacidades que desdeñáis o negáis durante el día.

(22.26.) Por ejemplo, a un nivel muy simple, vuestra conciencia abandona a menudo vuestro cuerpo en estado de sueño. Os comunicáis con personas que habéis conocido y que están en otros niveles de realidad, y, lo que es más, mantenéis y revitalizáis creativamente vuestra imagen física. Procesáis la experiencia diaria, la proyectáis en lo que vosotros pensáis como futuro, escogéis entre un infinito número de acontecimientos probables que vais a hacer físicos, y comenzáis los procesos psíquicos y mentales que los traerán al mundo de la sustancia.

Y, al mismo tiempo, hacéis que esta información esté disponible para todas esas otras partes de vuestra identidad que habitan en realidades totalmente diferentes, a la vez que recibís de ellas información recíproca. No perdéis el contacto con vuestro yo ordinario despierto: sencillamente no estáis enfocados en él, sino que centráis la atención en otra parte. Durante el día simplemente invertís el proceso. Si mirarais vuestro ser normal diario desde el otro punto de vista, encontraríais a vuestro ser físico despierto tan extraño como encontráis al ser dormido. En realidad, esta analogía no es cierta porque vuestro ser dormido tiene mucho más conocimiento que vuestro ser despierto, por muy orgullosos que estéis de éste.

(22.35.) La aparente división no es arbitrarla, ni tampoco se os impone. Está causada sencillamente por vuestro estado actual de desarrollo, y es cambiante. Muchas personas hacen excursiones a otras realidades; nadan, por así decirlo, por otros flujos de conciencia, y esto forma parte de sus vidas normales en estado despierto. ¡A veces pululan extraños peces por esas aguas!

Evidentemente yo soy ahora uno de ellos -hablando en *vuestros* términos-, que nada a través de otras dimensiones de la realidad y observa una dimensión de existencia que es vuestra y no mía. Existen, por lo tanto, canales entre todos esos flujos de conciencia, entre todos esos ríos simbólicos de la experiencia psíquica y psicológica, y se pueden hacer viajes tanto desde de vuestra dimensión como desde la mía.

Bien, inicialmente Ruburt, Joseph y yo formábamos parte de la misma entidad o identidad total, así que, simbólicamente hablando, hay corrientes psíquicas que nos unen. Todo esto confluye en lo que se ha comparado a menudo con un océano de conciencia, un pozo del que brota toda realidad. Empezad por cualquier conciencia y, teóricamente, encontraréis a todas las otras.

(Pausa a las 22.43.) Bien, a menudo el ego actúa como si fuese una presa, para mantener alejadas otras percepciones; no porque fuese ése su objetivo, o porque esté en su naturaleza comportarse de esa manera, ni siquiera porque ésa sea la función principal de un ego, sino sencillamente porque se os ha enseñado que el objetivo de un ego es restrictivo en lugar de expansivo. Vosotros creéis realmente que el ego es una parte muy débil del yo, que debe defenderse de otras partes del yo que son mucho más fuertes y persuasivas e incluso más peligrosas; así que lo habéis entrenado para que lleve anteojeras y se comporte en contra de sus inclinaciones naturales.

La verdad es que el ego quiere entender e interpretar la realidad física, y relacionarse con ella. Quiere ayudaros a sobrevivir en la existencia física; pero, al ponerle anteojeras, impedís su percepción y su flexibilidad originales. Y, una vez vuelto inflexible, decís que ésa es la función y la característica del ego.

Éste no puede relacionarse con una realidad que vosotros le impedís percibir, y mal podrá ayudaros a sobrevivir si no le permitís usar sus capacidades para descubrir las verdaderas condiciones en que debe operar. Vosotros le ponéis las anteojeras, y luego decís que no puede ver.

Podéis tomaros un descanso.

(22.49. Jane había estado desligada. «Esta noche he estado fuera, en verdad te lo digo...» Su. ritmo había sido bueno, con pausas cortas de vez en cuando. Continuamos a las 23.02.)

Ése era el final del dictado. Ahora dadnos un momento.

(Siguiendo su patrón de los últimos días, Seth acabó la sesión con un par de páginas de otro material. Esta vez trataban sobre los motivos que había habido para los años quépase Jane entrenándose escribiendo poesía y obras de ficción. Pensé que era muy ingenioso. Seth nos explicó cómo la poesía de Jane había sido siempre «un producto creativo de su deseo de entender la naturaleza de la existencia y de la realidad, su manera de probar psíquicamente [...] otros reinos [...] un método de investigación y un método de explorar los resultados.»)

(Sus obras de ficción, añadió Seth, eran su «manera de probar otras probabilidades y de tratar de entender a otras personas. Toda su [obra] forma parte de su vida creativa, pero ahora ella está investigando mucho más directamente la naturaleza de la realidad [...] Hay una gran unidad entre los intereses principales de la personalidad. Nada se queda atrás. El y o creativo está trabajando, ¿comprendéis?, yendo exactamente adonde quiere ir».)

(Las experiencias psíquicas de Jane, dijo Seth, iniciarían por sí mismas otras tareas creativas que la llevarían a ahondar en aguas aun más profundas de la creatividad universal, literalmente sin fin...)

(*Fin a las 23.21.*)

8. EL DORMIR, LOS SUEÑOS Y LA CONCIENCIA

SESIÓN 532, 27 DE MAYO DE 1970

21.24 MIÉRCOLES

Buenas noches.

(-Buenas noches, Seth.)

No todas las personas necesitan la misma cantidad de sueño, y no existe píldora alguna que pueda eximir del sueño, pues se hace mucho trabajo en ese estado. Sin embargo, éste podría hacerse mucho más eficazmente si, en lugar de un período de sueño, se tuvieran dos de menor duración.

Dos períodos de tres horas cada uno serían más que suficientes para la mayoría de las personas, si antes de dormir se dieran a sí mismas las indicaciones apropiadas para asegurar la completa recuperación del cuerpo. En la mayoría de los casos, diez horas de sueño, por ejemplo, son bastante perjudiciales, pues producen pereza de cuerpo y mente. En este caso ocurre sencillamente que el espíritu ha estado fuera del cuerpo durante un período demasiado largo, y se produce una pérdida de flexibilidad muscular.

(El ritmo de Jane era bastante rápido ahora, y así continuó a lo largo de la sesión.)

Así como tomar varios tentempiés es mucho más beneficioso que hacer tres comidas grandes al día, es más efectivo hacer pequeñas siestas en lugar de dormir un período muy

extenso de sueño. De esa forma se obtendrían otros beneficios. El yo consciente recordaría mejor sus aventuras en los sueños como algo natural, y gradualmente el ego las añadiría a la totalidad de su experiencia tal y como él la comprende.

También conseguiríais picos más altos de enfoque de conciencia, como resultado de períodos de sueño más cortos y frecuentes, al igual que una renovación más estable de la actividad física y psíquica. No existiría una división tan definida entre las distintas áreas o niveles del yo, y habría un uso más económico de la energía y de los nutrientes. La conciencia, tal como la conocéis vosotros, también se volvería mucho más móvil y flexible.

Esto no causaría una conciencia o un enfoque menos claros; por el contrario, esa mayor flexibilidad permitiría un enfoque de la conciencia más perfecto. La aparente división que existe entre el yo despierto y el yo dormido, es, en gran parte, resultado de la división que existe en sus funciones, pues ambos están mucho tiempo separados ya que a uno se le ha asignado un período de tiempo, y al otro uno aún mayor. Por lo tanto, los mantenéis separados debido al uso que hacéis del tiempo.

(21.36.) En un principio vuestra vida consciente seguía la luz del día. Hoy en día, y gracias a la luz artificial, no es necesario que eso sea así. Existen, pues, oportunidades que se derivan de vuestra tecnología, de las que no os estáis beneficiando en el presente. Dormir durante todo el día y trabajar toda la noche no es ni mucho menos la respuesta; eso sería sencillamente la inversión de vuestros hábitos actuales. En cambio, sería mucho más efectivo y eficiente, dividir el período de veinticuatro horas de una manera diferente.

De hecho, hay distintas posibilidades que serían preferibles a vuestro sistema actual. Lo ideal sería dormir un período de cinco horas para obtener el máximo beneficio; cualquier período superior no es realmente provechoso. Los que necesiten más sueño, podrían hacer, digamos, una siesta de dos horas. Para otros un período de sueño de cuatro horas y dos siestas serían altamente beneficiosos. Si se le dan indicaciones claras, el cuerpo se puede recuperar en la mitad de tiempo que dedicáis ahora al sueño. En cualquier caso, es mucho más vigorizante y eficiente que el cuerpo físico esté activo en lugar de mantenerlo inactivo durante un período, digamos, de ocho a diez horas.

Habéis entrenado a vuestra conciencia para seguir ciertos patrones que no le son necesariamente, naturales y esos patrones aumentan la sensación de alejamiento entre el yo despierto y el yo que sueña. En cierta manera drogáis al cuerpo con vuestras indicaciones, y éste cree que debe dormir cierta cantidad de tiempo en un solo período. Los animales duermen cuando están cansados, y luego se despiertan de una manera mucho más natural.

Recordaríais mucho más vuestras experiencias subjetivas y vuestro cuerpo estaría más saludable, si cambiase esos patrones de sueño. De seis a ocho horas de sueño en total serían más que suficientes con las siestas antes indicadas. Incluso aquellos que piensan que necesitan más cantidad de sueño de la indicada descubrirán que no es así, si no concentran todo el tiempo en un solo período. Todos los sistemas, el físico, el mental y el psíquico resultarían beneficiados.

Las divisiones entre el yo no serían tan grandes. El trabajo mental y físico sería más fácil, y el cuerpo obtendría para sí mismo períodos estables de estímulo y descanso. Ahora, por regla general y sea cual sea su condición, debe esperar por

lo menos dieciséis horas. Por otras razones que tienen que ver con las reacciones químicas que se producen en el estado de sueño, también mejoraría la salud del cuerpo. Este horario particular sería de ayuda para la esquizofrenia y, generalmente, también para las personas con problemas de depresión o de inestabilidad mental.

(21.52.) Además vuestro sentido del tiempo sería menos rígido y riguroso. Las capacidades creativas se acelerarían, y se resolvería el gran problema del insomnio que tienen muchas personas, ya que lo que les asusta es a menudo el largo período de tiempo en que la conciencia, como ellos la conciben, parece estar extinguida.

En ese caso se tomarían pequeñas comidas o refrigerios.

Este método de comer y dormir serviría de gran ayuda para muchas dificultades metabólicas, y también para el desarrollo de la capacidad espiritual y psíquica. Por diferentes razones, la actividad física durante la noche tiene un efecto diferente en el cuerpo que la actividad física durante el día, y lo ideal sería obtener ambos efectos.

En ciertos momentos de la noche, los iones negativos del aire son mucho más fuertes o numerosos que durante el día, por ejemplo; en consecuencia, la actividad durante ese período, especialmente un paseo o cualquier actividad al aire libre, sería altamente beneficiosa para la salud.

El período anterior al alba representa a menudo un punto crítico para las personas seriamente enfermas. La conciencia ha estado ausente del cuerpo durante un período demasiado largo y, cuando vuelve, encuentra dificultades al tener que vérselas con el mecanismo de un cuerpo enfermo. Por ello, la práctica corriente en los hospitales de dar medicinas a los pacientes para que duerman toda la noche es perjudicial. En muchos casos es demasiado grande el esfuerzo que debe

hacer la conciencia que retorna para hacerse cargo de nuevo del mecanismo debilitado.

Ese tipo de medicamentos a menudo impide ciertos ciclos de sueños necesarios que pueden ayudar a la recuperación del cuerpo, y eso hace que la conciencia resulte enormemente desorientada. Algunas de las divisiones entre las distintas partes del ser, por lo tanto, no son realmente necesarias sino que obedecen a la costumbre y a la conveniencia.

En tiempos pasados, y a pesar de que no había luz eléctrica, los períodos nocturnos de sueño no eran largos y continuados, pues los refugios no eran muy seguros. El hombre de las cavernas, por ejemplo, tenía que estar alerta mientras dormía, debido a los depredadores. Los aspectos misteriosos de la noche que reinaba en el exterior lo mantenían parcialmente alerta. Se despertaba a menudo, y vigilaba la tierra cercana y también su lugar de refugio.

(22.04.) No dormía durante largos períodos, como hacéis vosotros. Por el contrario, sus períodos de sueño eran de dos o tres horas a lo largo de la noche desde el atardecer hasta el alba, pero alternados con períodos de intensa actividad, despierto y alerta. También se deslizaba fuera para buscar comida cuando creía que los depredadores estaban dormidos.

Eso desencadenaba una movilidad de conciencia que aseguraba verdaderamente su supervivencia física, y, cuando estaba despierto, le permitía recordar aquellas intuiciones que le aparecían en estado de sueño y beneficiarse de ellas.

La causa de muchas enfermedades es sólo esa división vuestra y ese largo período de inactividad corporal, y el prolongado enfoque de la conciencia ya sea en la realidad del sueño o en la del despertar. Vuestra conciencia normal se puede beneficiar de las excursiones a esos otros campos de

realidad en los que se entra en los sueños, y la llamada conciencia del sueño se beneficiará también de excursiones frecuentes al estado despierto. Podéis tomaros un descanso.

(22.10. El trance de Jane había sido profundo, y su ritmo rápido a lo largo de la sesión. A pesar de ello recordaba parte del material, cosa que no es frecuente. No había leído nada sobre los sueños últimamente. «Todo esto me sobrepasa -dijo-. No me había parado a pensar este tipo de cosas, al menos conscientemente.» Continuamos de la misma manera a las 22.22.)

Traigo a colación estos asuntos aquí, porque tales cambios en los patrones habituales tendrían como resultado un entendimiento mayor de la naturaleza del ser. Las partes internas de la personalidad que sueñan os resultan extrañas, no sólo por la diferencia esencial de enfoque, sino porque dedicáis claramente partes opuestas del ciclo de veinticuatro horas a esas áreas del ser.

Vosotros las separáis lo más posible y, de ese modo, dividís limpiamente vuestras capacidades intuitivas, creativas y psíquicas de vuestras capacidades físicas, manipuladoras y objetivas. No importa cuántas horas de sueño consideréis necesarias: os sentiríais mucho mejor durmiendo durante varios períodos de tiempo más cortos, y realmente necesitaríais dormir menos tiempo. El período de sueño de mayor duración debería ser durante la noche; pero, repito, la eficacia del sueño disminuye después de seis u ocho horas de inactividad física y hay también otras desventajas.

Las funciones de las hormonas y de las sustancias químicas, y en especial los procesos suprarrenales, serían más eficaces con estos períodos alternos de actividades que he mencionado. El desgaste natural del cuerpo se minimizaría, mientras que a su vez, los poderes

regenerativos funcionarían al máximo. Y se beneficiarían por igual las personas con metabolismo alto y bajo.

Los centros psíquicos se activarían más frecuentemente, y la identidad total de la personalidad estaría mejor mantenida y más fortalecida. La movilidad y flexibilidad de conciencia resultantes redundarían en una mayor concentración de conciencia, y los niveles de fatiga permanecerían siempre por debajo de los picos peligrosos. También se conseguiría un mayor equilibrio mental y físico.

Estos horarios se pueden adoptar con bastante facilidad. Aquellos que tengan un horario de trabajo partido podrían dormir cuatro o seis horas durante la noche, según las necesidades individuales, y hacer una siesta después de la comida. Un período superior a seis u ocho horas de sueño continuo trabaja en contra vuestra, y uno de diez horas puede ser bastante perjudicial. Cuando os levantáis en ese caso, no os sentís descansados, sino vacíos de energía.

Si no comprendéis que durante los períodos de sueño vuestra conciencia normal abandona realmente vuestro cuerpo, todo lo que he dicho no tiene significado alguno. Vuestra conciencia vuelve a veces para comprobar los mecanismos físicos, y la simple conciencia de átomos y células -la conciencia del cuerpo-permanece siempre con el cuerpo para que éste no quede vacío. Pero las partes del ser altamente creativas dejan el cuerpo durante largos períodos de tiempo, cuando dormís.

(22.39.) Muchos casos de comportamiento neurótico son resultado de vuestros hábitos de sueño actuales. También el sonambulismo está conectado en cierta manera a estos hábitos. La conciencia quiere volver al cuerpo, pero ha sido hipnotizada con la idea de que el cuerpo no se debe despertar. Entonces aparece un exceso de energía nerviosa que pone los músculos en actividad, pues el cuerpo sabe que

ha estado demasiado tiempo inactivo y que de ello resultarán fuertes calambres musculares.

Lo mismo sucede con vuestros hábitos alimentarios. Alternadamente, atiborráis de comida los tejidos o les hacéis pasar hambre, lo cual tiene claros efectos sobre la naturaleza de vuestra conciencia, vuestra creatividad y vuestro grado de concentración. De igual manera, matáis de hambre al cuerpo durante la noche, y así aumentáis el proceso de envejecimiento de vuestro cuerpo, negándole la comida durante todas esas largas horas. Todo esto se refleja en la fortaleza y naturaleza de vuestra conciencia.

Deberíais dividir los alimentos que tomáis a lo largo del período de veinticuatro horas, y no solamente durante el período que permanecéis despiertos; si cambiáis los patrones de sueño como os he sugerido, también comeríais durante la noche. Tendríais que comer mucho menos a las «horas de comida» habituales. Tomar pequeñas cantidades de comida más frecuentemente sería mucho más beneficioso que vuestras costumbres actuales, tanto desde un punto de vista físico como mental y psíquico.

El cambio de los patrones de sueño haría cambiar automáticamente los patrones de alimentación. Descubriríais que sois una identidad más unida, seríais mucho más conscientes de vuestras capacidades de clarividencia y telepatía, por citar algunas, y no sentiríais la profunda separación que ahora percibís entre el yo despierto y el yo dormido. Esta sensación de alejamiento se desvanecería en grado sumo.

También aumentaría vuestro disfrute de la naturaleza, pues por lo general no estáis muy familiarizados con la noche. Podríais sacar muchas más ventajas del conocimiento intuitivo que ocurre en el momento de los sueños, y vuestro humor no sufriría altibajos tan marcados como ahora. Os sentiríais más seguros en todas las áreas de vuestra existencia.

Los problemas de senilidad se reducirían también, ya que los estímulos no se minimizarían durante un período tan largo de tiempo. Y la conciencia, al tener una mayor flexibilidad, entraría más en contacto con el sentido de la alegría que le es propio.

Podéis tomaros un descanso. *(Repentinamente en voz mas alta:)* Y si vosotros no probáis todo esto, ¿cómo podéis esperar que lo hagan los demás?

(Bromeando: -No tengo ni idea.)

También vuestros períodos de trabajo creativo serían más efectivos y eficientes si siguierais los consejos que os he dado.

(-Bien, veremos lo que podemos hacer.)

(22.53. De nuevo el trance de Jane había sido pro fundo y su ritmo rápido. La verdad es que su velocidad me había dejado la mano casi entumecida. Esta pausa resultó ser el final de la sesión.)

(A continuación, y por segunda vez en poco tiempo, Seth y yo tuvimos una charla placentera sin que yo tomara notas. Me explicó más detalladamente cómo con el nuevo patrón de sueño mejoraría considerablemente mi pintura. Después que hubo terminado, lamenté no haber tomado notas de la conversación, pues contenía mucha información que se podría haber aplicado también a los demás. Jane terminó la sesión diciendo que ella «esta noche ni siquiera tenía ganas de tener la sesión».)

(Desde esta sesión -hoy, cuando la estoy pasando a máquina, es día uno de junio-Jane y yo hemos estado experimentando los nuevos patrones de sueño, y debo decir que la sugerencia de Seth resultó ser fácilmente practicable. Después de un período nocturno de sueño más corto, no

tenemos ninguna dificultad en despertarnos con facilidad, alertas y preparados para ponernos en marcha. Completamos este patrón con uno o dos períodos de descanso durante el día. Este sistema nos da una desacostumbrada agudeza de apreciación en todas nuestras actividades.)

SESIÓN 533, 1 DE JUNIO DE 1970

21.20 LUNES

(Seth nos transmitió cinco páginas de datos personales para Jane y para mí, antes del material que sigue. Continuó con el dictado del capítulo ocho de su libro después de una pausa a las 22.10.)

(Divertido:) Dictado.

(-Muy bien.)

Es bien conocido que en el estado de sueño hay fluctuaciones de conciencia y lucidez. Algunos períodos de actividad de los sueños reemplazan verdaderamente a algunos estados de vigilia. Pero también existen fluctuaciones en la conciencia normal cuando se está despierto, ritmos de intensa actividad de conciencia seguidos de períodos mucho menos activos.

Algunos estados de vigilia son, por supuesto, muy parecidos a los estados de sueño. A veces uno se funde con el otro y así el ritmo pasa desapercibido. Estas gradaciones de conciencia están acompañadas de cambios en el organismo físico. En los períodos más indolentes de la conciencia despierta hay una falta de concentración, un mayor o menor aislamiento de los estímulos, un aumento de accidentes y, por lo general, un descenso del ritmo corporal.

(22.28.) Debido a vuestra costumbre de dormir durante un período largo de tiempo, seguido de un largo período despiertos, no podéis beneficiaros de estos ritmos de la conciencia. Los puntos máximos se suavizan hasta cierto punto, e incluso pasan desapercibidos. Los contrastes agudos y la eficacia natural de la conciencia despierta se utilizan muy raramente.

Bien, os doy este material ahora, porque os ayudará a comprender y usar vuestras capacidades presentes. Le estáis exigiendo demasiado a vuestra conciencia normal de la vigilia, ya que suavizáis sus altibajos de actividad y a veces le pedís que vaya adelante a toda marcha cuando está en un período de baja actividad, con lo que os negáis a vosotros mismos esa posibilidad de gran movilidad que posee.

(22.33.) Las sugerencias que os he dado anteriormente en este capítulo sobre vuestros hábitos de dormir traerán consigo el uso natural de esos ritmos. Podréis experimentar más frecuentemente el apogeo de la conciencia, con lo que aumentará la concentración, se verán los problemas con mayor claridad, y se utilizará mejor la capacidad de aprender.

(Con anterioridad, durante el día, yo había comentado con Jane que el adverbio «mucho» estaba apareciendo en el texto del material con bastante frecuencia. En ese momento Seth-Jane se inclinó hacia adelante y sonrió burlonamente.)

Iba a decir: «y se utilizará *mucho* mejor.»

(-Sí.) Ese largo período que tiene la conciencia en estado despierto

sin períodos de descanso desarrolla sustancias químicas en la sangre que luego se eliminan durante el sueño. Pero, mientras permanecen en el cuerpo, le producen indolencia y bajan el nivel de concentración consciente. En consecuencia, el período largo de sueño al que estáis acostumbrados resulta necesario. Entonces se entra en un círculo vicioso.

Esto fuerza a la sobreestimulación durante la noche, aumenta el trabajo del cuerpo, y lo obliga a realizar constantemente durante largos períodos purificaciones físicas que podrían realizarse perfectamente en períodos de descanso más breves. El ego se siente amenazado por la larga «ausencia» que debe soportar, se vuelve receloso del sueño, y pone barreras a los sueños. Gran parte de todo este proceso es muy artificial.

(22.42.) El resultado es una aparente dualidad y la desconfianza de una parte del ser hacia la otra. Durante este proceso se pierde mucho material creativo de gran valor práctico. Los procedimientos mencionados permitirían un mayor acceso a esa información, y el yo despierto se sentiría más descansado. El simbolismo de los sueños aparecería con más claridad, en lugar de perderse, como ahora, en las muchas horas dedicadas al sueño.

La fuerza muscular resultaría beneficiada. La sangre haría una limpieza más eficaz que cuando el cuerpo permanece postrado durante tanto tiempo. Y, sobre todo, habría -si me lo permitís- mucha mejor comunicación entre las capas subjetivas del ser, una mayor sensación de seguridad y, particularmente en los niños, aparecerían más tempranamente signos de habilidades creativas.

Ahora podéis tomar un descanso o terminar la sesión, como prefiráis.

(-Nos tomaremos un descanso. De 22. 50 a 23. 04.)

Una conciencia clara, ordenada, brillante y poderosa necesita períodos frecuentes de descanso si quiere mantener su eficacia e interpretar correctamente la realidad. De lo contrario distorsiona todo lo que percibe.

Las curas de sueño o de descanso —períodos muy extensos de sueño- resultan de ayuda como terapia en algunos casos,

no porque el dormir durante un largo período sea beneficioso, sino porque la persona ha creado tantas toxinas que necesita dormir durante esos largos períodos. Los procesos de aprendizaje resultan claramente obstaculizados con vuestros hábitos cotidianos, ya que hay ciertos períodos en los que la conciencia está sintonizada con el aprendizaje, y en cambio vosotros forzáis el aprendizaje durante períodos mínimos no reconocidos. Las capacidades psíquicas y creativas resultan postergadas a causa de esta división artificial, lo cual trae consigo dualidades que afectan a todas vuestras actividades.

En algunos casos, literalmente os forzáis a dormir cuando vuestra conciencia podría estar en un punto de máximo rendimiento. Esto sucede, casualmente, en el período anterior al alba. Por el contrario, en ciertos momentos de la tarde la conciencia baja y necesita un descanso que le es negado.

Si los estados de conciencia despierta se examinasen como se examinan actualmente los estados de sueño, advertiríais que hay un rango de actividad mucho mayor de lo que podríais suponer. Ciertos estados de transición se pasan totalmente por alto. Podría decirse que la conciencia realmente parpadea y varía su intensidad; no es, por ejemplo, un rayo de luz continuo.

Ahora terminaré el dictado. Mis más cariñosos saludos a ambos.

(-Lo mismo para, ti, Seth. Gracias.)

(23.15. Cuando Jane salió del trance quedó sorprendida del rápido final de la sesión.)

SESIÓN 534, 8 DE JUNIO DE 1970

21.05 LUNES

(No mantuvimos la sesión del pasado miércoles 3 de junio.)

(A las 20.30 de esta tarde Jane y yo hablábamos de los progresos de Seth en su libro. Jane estaba algo preocupada. Ahora no leía el libro, pero se daba cuenta de que Seth no estaba siguiendo fielmente el esquema que nos había dado antes de empezar el dictado capítulo a capítulo. Le dije que, en mi opinión, Seth lo estaba presentando tal como él quería que quedara; estuvo de acuerdo en que ella debía limitarse a relajarse y dejar que continuase.)

(Quisiera describir ahora dos episodios que nos sucedieron a Jane y a mí antes de que diese comienzo la sesión. Además, mi experiencia se transformó en otra después de empezar la sesión, pero ya lo relataré mas adelante.)

(1. Cuando estábamos sentados esperando que comenzase la sesión. Jane me dijo que la cara de Joseph, en mi viejo retrato al óleo de Ruburt y Joseph,[3] *le estaba sonriendo desde su lugar en la pared del cuarto de estar. Cuando Jane se dio cuenta de la sonrisa, apartó la mirada del cuadro y luego volvió a mirarlo rápidamente. La sonrisa seguía allí, dijo ella; duró aproximadamente dos minutos, justo hasta antes de comenzar la sesión a las nueve.)*

(Jane estaba frente al cuadro, sentada en su mecedora Kennedy, pero yo le daba la espalda debido a mi posición en el sofá. Las distintas veces que me volví para mirarlo, no noté nada fuera de lo normal. Jane me dijo que Joseph, que representa a mi propia entidad, le estaba sonriendo ampliamente, algo que la pintura no muestra. Primero le había cambiado la expresión de los ojos, y desde allí la sonrisa se extendió hasta su boca. La frente no se movió. Era como si la pintura hubiese cobrado vida repentinamente, a

---
[3] Esta pintura puede verse en *El material de Seth,* publicado por Prentice-Hall, Inc., en 1970.

pesar de que la cara de Ruburt en el cuadro no había cambiado.)

(A Jane no le gusta mucho el cuadro y nunca había visto ese cambio hasta ahora.)

(2. En cuanto a mí, el efecto a que me refiero consiste en un interferencia en mi visión, sin llegar realmente a perder la vista. No tuvo ningún efecto posterior esa noche, ni tampoco los había tenido en años anteriores a excepción de un ligero dolor de cabeza. Esa noche no tuve dolor de cabeza. Aunque parezca extraño, nunca me ha alarmado este fenómeno. Como mi naturaleza es algo reservada, no he sentido la necesidad, ni siquiera cuando era niño, de contárselo a mis padres o de acudir al médico. Probablemente la ausencia de efectos secundarios y la continua claridad de mis procesos mentales, me deben de haber tranquilizado.)

(La experiencia, que siempre me recuerda a un espejismo, comenzó con una pequeña luz brillante en forma de diente de sierra, justo a la derecha de mi línea central de visión. Al rememorar entonces episodios casi olvidados, supe que este dibujo brillante y trémulo podía extenderse de tal manera que, si yo miraba a un objeto, éste se borraría aunque yo conservara la visión periférica.)

(A veces la interferencia había cubierto un área lo suficientemente vasta para producirme dificultades en ver, por ejemplo, el papel de dibujo que tenía ante mí, o el lápiz que tenía en la mano. El resplandor solía variar en intensidad. En una ocasión me tendí y cerré los ojos, porque eso era lo mejor que podía hacer. Tales efectos solían durar como máximo una hora, a veces menos.)

(Esta vez me cuestioné de nuevo mi tranquilidad respecto a este fenómeno a lo largo de mi vida, respecto a algo cuyos orígenes estaban más allá de mi conocimiento. Cuando la

interferencia había sido lo bastante grande para cubrir la mayor parte de mi campo visual, había experimentado una sensación peculiar de oscuridad y luz a la vez, mientras el mundo objetivo se volvía indistinguible dentro de lo que sólo puedo describir como un campo de dibujos alternados de luz y oscuridad que poseían un fondo aterciopelado.)

(La experiencia de esa noche no había sido tan intensa. Empecé a notar sus efectos alrededor de las 20.50, e inmediatamente comencé a darme indicaciones para minimizarlos, porque no quería alarmar a Jane retrasando la sesión. En ese momento Jane comenzó a describirme la sonrisa que percibía en el cuadro; cuando me pidió que lo comprobase, pude ver el cuadro bastante bien, aunque el efecto de mi visión estaba en progreso. Mis indicaciones para reducirlo resultaron acertadas, sin embargo, y ala hora de comenzar la sesión, las 11. 05, me di cuenta de que no sólo mi experiencia ya había llegado tan lejos como le era posible, sino que ya había comenzado a retirarse. A las 21.15 sus últimos vestigios se habían ido y mi visión era normal.)

(Aún hay más, pues cuando el efecto hubo desaparecido, fue reemplazado por un evento de otra índole, el cual me resultaba nuevo y muy interesante Las notas que siguen, y también el propio Seth, explican lo que ocurrió a medida que avanzaba la sesión. Debo añadir que el nuevo efecto incluyó la pérdida gradual primero de mi habilidad para deletrear y luego para escribir...)

(Jane comenzó a hablar por Seth a un ritmo bastante lento que contrastaba con el ritmo rápido de las últimas sesiones. Cuando empezó la sesión tuve que esforzarme un tanto para ver claramente la página y poder escribir.)

Buenas noches.

(-Buenas noches, Seth.)

(Justo antes de la sesión yo había comentado que la tarde era muy apacible y calurosa.)

Espero no quebrantar vuestra paz.

(-No.)

Continuaremos con el dictado. *(Pausa, una de las muchas que hubo.)* La conciencia tiene muchas características, algunas de las cuales conocéis, por supuesto. No obstante, muchas de las características de la conciencia no son tan evidentes, ya que generalmente utilizáis vuestra conciencia de tal forma, que sus percepciones distan mucho de aparecer de una manera «natural». En otras palabras, sois conscientes de vuestra propia conciencia por intermedio de vuestro propio mecanismo físico. No sois tan conscientes de vuestra propia conciencia cuando no está operando de una manera primaria a través de la mediación del cuerpo, como hace durante las experiencias fuera del cuerpo y en otras condiciones de disociación.

(Cuando escribí la última frase ya me estaba dando cuenta -y, repito, sin llegar a preocuparme- de que me estaba costando más de lo normal hacer mis abreviaturas o símbolos para palabras tan comentes como «hace», «como» e «incluso», algo que debería haber sido automático. Pero, en cambio, la interferencia visual estaba desapareciendo.)

(A las 21.12 empecé a deletrear algunas palabras incorrectamente. Para demostrar lo que estaba pasando incluyo entre paréntesis, después de la palabra corregida,, algunas de las faltas que había en mis notas.)

Las características de la conciencia son las mismas *(mesmas)* esté o no dentro de un cuerpo. Los altibajos de la conciencia que he mencionado existen hasta cierto pumo en todas las conciencias independientemente de la forma que adopten *(adepten)* después de la muerte *(marte).* La

naturaleza de vuestra conciencia no es esencialmente *(ecencailmente)* diferente de lo que es ahora, a pesar de que quizá no seáis conscientes de todas sus características.

(Me di cuenta de que estaba omitiendo la palabra «no» de la última frase y ahora ya era bastante consciente de que algo estaba ocurriendo. Cada vez tenía que hacer un esfuerzo mayor para conseguir tomar las notas correctamente. En el texto que sigue, no podía acordarme de algunos de los símbolos que uso y tuve que escribir las palabras completas.)

Vuestra conciencia es, por ejemplo, telepática y clarividente aunque vosotros no os deis cuenta. En sueños, cuando *(cuandor)* a menudo presuponéis que sois inconscientes *(inconcientes),* podéis ser mucho más conscientes de lo que lo sois ahora;

lo que sucede es que estáis utilizando facultades de la conciencia que no aceptáis como reales o válidas *(váledas)* en vuestra vida despiertos *(destiertos).* Por esta razón las excluís *(excluím) de* vuestra experiencia *(experienca)* consciente. La conciencia, la mía y la vuestra, es bastante independiente tanto *(panto)* del espacio como del tiempo. Y, después de la muerte, lo que sucede es que sois conscientes de los grandes poderes de la conciencia que existen en vuestro interior todo el tiempo.

(21.21. Tuve muchos problemas para poder escribir las frases que siguen. Muchas de las palabras estaban mal escritas, algunas tan mal que las tachaba e intentaba escribirlas otra vez, con el cómico resultado de que las correcciones también tenían errores. Mi visión era ahora muy clara.)

(Por primera vez reconocí que quiza, debería pedir a Seth que fuese más despacio, a pesar de que me daba cuenta de que su ritmo era lento. No le pregunté qué era lo que pasaba.

El me contemplaba a través de los OJOS *de Jane sin mostrar el menor signo de que algo fuera de lo común estuviese sucediendo en la*

sesión...)

Como ellos existen realmente, ahora podéis descubrirlos y aprender a usarlos. Eso os ayudará directamente *(dreactamente)* en vuestra experiencia después *(descues)* de la muerte. No os asombraréis tanto de la naturaleza de vuestras reacciones *(reac-conse)* si, por ejemplo, comprendéis de antemano que vuestra conciencia no sólo no esta encarcelada en vuestro cuerpo físico, sino *(simo)* que puede crear otras partes a su voluntad. Aquellos que «sobreidentifiquen» a su conciencia con su cuerpo sufren sin razón alguna un tormento *(tortmento)* que ellos mismos han creado al permanecer atados al cuerpo. En efecto, serán como almas desamparadas que piensan que no tienen adónde ir.

(En el párrafo anterior, en lugar de «antemano» escribí «ainsemouna»; luego lo taché y lo tuve que intentar dos veces más. En ese momento hice un esfuerzo deliberado, para deletrear correctamente y escribir claro, y eso me ayudó. Fue como salir de un sueño profundo e inmediatamente hacer un gran esfuerzo para concentrarme en la realidad física.)

Como he dicho antes, ahora sois un espíritu, y este espíritu *posee* conciencia. Por tanto, la conciencia pertenece al espíritu, pero ambos no son lo mismo. El espíritu puede apagar y encender la conciencia. La conciencia puede parpadear y fluctuar por naturaleza, pero el espíritu no lo hace.

A mí no me gusta especialmente la palabra «espíritu» debido a las distintas implicaciones que tiene, pero ella *(elli)*

sirve a nuestro propósito en el sentido de que implica independencia del cuerpo físico.

La conciencia no descansa durante el sueño: simplemente está sintonizada en otra dirección. Por lo tanto, la conciencia no duerme y, aunque pueda apagarse, no es igual a una luz.

(21.28. La dificultad que estaba teniendo para deletrear las palabras volvió repentinamente y con mayor intensidad. Además de deletrear mal y tachar las palabras, tenía que esforzarme simplemente para seguir el lento ritmo de Seth. Por primera vez pensé pedir un descanso, aunque aun no estaba preocupado. Tuve problemas con todo el párrafo.)

Cuando se la apaga no se extingue *(expetgutri)* tal como desaparece una luz *(lis)* al utilizar el interruptor. Siguiendo con la analogía *(anelogis),* si la conciencia fuese *(fuerse)* como *(cemo)* una luz que os perteneciese *(pirtenecies),* incluso cuando la apagaseis habría una especie de crepúsculo, pero no oscuridad *(oscurda)* total.

(Ahora estaba sentado muy tenso en el borde del sofá, inclinado sobre el cuaderno que estaba en la mesita ante mí. Esa es una posición que raramente uso; quizá, pensé, me ayudará a vencer esta experiencia. Le pedí a Seth que esperase un minuto.)

Sin embargo, el espíritu no permanece nunca en la nada, con la conciencia extinguida. Es por lo tanto, muy importante que se comprenda esto, ya que...

(El resto de la frase es ininteligible en mis notas.)

(Bastante consternado volví a pedir a Seth que esperase un momento. Aquí perdí un par de frases, y estuve apunto de dejar de tomar notas. A pesar de todo, pensé que podía intentarlo otra vez. Jane, como Seth, estaba sentada y aguardaba en silencio, con los ojos abiertos.)

Es muy importante comprender que la conciencia nunca se extingue...

(21.35. Otra vez perdí el hilo del dictado. Cuando advertí que había escrito «ichstantale»por «extingue», le pedí a Seth que hiciéramos una pausa, y eso hicimos. Yo estaba perplejo. Tenía la mente completamente despejada, pero era incapaz de seguir tomando notas. Aun así, no estaba alarmado.)

(Cuando empecé a explicarle a Jane por qué había tenido que detenerme, descubrí que, además, tenía problemas para hablar coherentemente. Seth volvió entonces por un momento y me sonrió. Recuerdo que me dijo lo siguiente:)

Has estado poniendo en práctica el material esta noche, Joseph...

(De inmediato comprendí lo que pasaba, aunque el efecto no desapareció tan rápidamente. Cometí muchas faltas al hablar con Jane, pero la dificultad del habla no era tan grande como la de la escritura. Al principio Jane se preocupó mucho por mis experiencias previas a la sesión y en su transcurso; más tarde me dijo que en ese punto estuvo a punto de no continuar la sesión. Finalmente creyó mis promesas tranquilizadoras y comprobó que yo me encontraba bien físicamente.)

(Seth suspendió el dictado de su libro a petición mía, pero durante un pequeño intervalo sugirió que mandase a Jane encender el resto de las luces de la habitación cuando saliese del trance. Entonces yo debería imaginar que mi conciencia se hacia más y más brillante hasta llenar la habitación como si fuese una luz; comprobaría así que recuperaba todas mis facultades. No pude recordar parte de la información posterior.)

(Así es que yo había experimentado esa noche estados alterados de la vista, la escritura y la palabra: evidentemente, todos ellos aspectos de mis medios físicos de comunicación. Sentado en el fulgor de la habitación totalmente iluminada, le conté a Jane con todo detalle lo que había pasado, incluyendo mis sucesos con la vista de años anteriores. Ella se preguntaba si mi pérdida de la capacidad de comunicación no tendría algo que ver con la senilidad de mi padre y su retiro físico. Yo lo ignoraba. Recientemente no me había pasado nada extraño que tuviese relación con él.)

(Poco a poco comencé a trabajar en mis notas. Estaba muy deseoso de que Seth me lo explicase todo. Y tenía razón, pues a las 22.30 ya me sentía mejor. Finalmente conseguí poner en orden mis notas, y le dije a Jane que estaba listo para que continuase la sesión. A partir de aquí recibimos el material más interesante de todos, relacionado con mi curiosa falta de alarma por los incidentes de la noche. Continuamos a ritmo más rápido a las 22.47.)

Bien, en la demostración en la que Joseph nos ha ayudado tan amablemente, hemos demostrado varios puntos para ampliar el material recién dado.

Antes dije que sólo os son familiares aquellas características de vuestra conciencia que utilizáis a través de la mediación de vuestro cuerpo. Confiáis en el cuerpo para expresar las percepciones de vuestra conciencia. Tenéis tendencia, repito, a identificar la expresión de vuestra conciencia con el cuerpo.

En nuestra demostración, para la que indudablemente Joseph dio su permiso, él permitió que su conciencia se retirara, y luego cortó parcialmente su expresión física. El no fue consciente de este permiso, sencillamente porque este tipo de demostraciones no pueden tener lugar si la conciencia del estado normal despierto lo sabe. Automáticamente le hubiera entrado el pánico. Mientras yo

hablaba de la reducción de la conciencia, Joseph la experimentó.

(22. 55. Éste puede ser o no un punto conflictivo. Seth empleó la palabra «reducción». No cabe duda de que mis facultades de expresión física se habían reducido considerablemente, pero mi mente se mantuvo clara y alerta y, contrariamente a mi costumbre, pro fundamente ocupada tratando de usarlas... Tampoco había sido consciente de ningún tipo de conciencia acrecentada, o de repentinos poderes telepáticos o de clarividencia.)

(Ahora ya no tenía problemas al tomar notas.)

Eso fue en realidad un ejercicio de manipulación de la conciencia. En momentos cercanos a la muerte sucede algo similar aunque en distintos grados, cuando la conciencia se da cuenta de que ya no puede expresarse a través de la mediación del cuerpo. Si el moribundo está demasiado identificado con su cuerpo, puede fácilmente ser presa del pánico al advertir que se ha interrumpido toda expresión y, por lo tanto, que su conciencia está a punto de extinguirse.

Ese tipo de creencias sobre la extinción, esa certeza de que la identidad será borrada el próximo minuto, es una experiencia psicológica muy dura que puede producir reacciones desafortunadas. Por el contrario, lo que sucede es que encontraréis la conciencia intacta y su expresión mucho menos limitada de lo que estaba anteriormente. Joseph escogió subconscientemente interrumpir los medios de expresión que estaba usando en aquel momento, simplemente para que la interferencia llamara la atención.

Habiendo dado todo este material introductorio por considerarlo conveniente, continuaremos con unos capítulos sobre la naturaleza de la existencia después de la muerte física y en el momento de la muerte, y sobre la muerte física

definitiva al final del ciclo de reencarnaciones. Era necesario que comprendieseis algo sobre la naturaleza y comportamiento de vuestra propia conciencia antes de que pudiéramos empezar.

Podéis tomaros un descanso.

(23.06. Esta vez el ritmo de Jane había sido considerablemente mas rápido. En el último párrafo, tuve alguna dificultad para escribir un par de palabras. Continuamos más lentamente a las 23.20.)

Tú también adquiriste algún conocimiento, Joseph, en nuestra experiencia pasada, cuando tu función motriz quedó dañada en tu enfermedad terminal. Eso fue en Dinamarca. Esto último es una nota colateral, más que dictado estricto.

(Según Seth, nosotros tres estuvimos relacionados en Dinamarca en el 1600. Yo era propietario de tierras. Jane era mi hijo, y Seth un mercader de especias.)

Ahora terminaré este capítulo y con él pondremos fin a la primera parte del libro. Concedednos un momento... y fin del dictado.

(Pero Seth aún no había terminado con su libro. El texto que sigue muestra la relación entre lo sucedido a mi visión y los acontecimientos de la sesión. Es muy interesante el hecho de que yo hubiese escogido esa noche precisamente para tratar de conseguir datos visuales, si bien en los últimos días yo había estado buscando mentalmente temas para mi próximo cuadro. No había comentado nada de esto con Jane.)

Estas recientes experiencias de visión fueron intentos preliminares fallidos a un nivel inconsciente para escoger imágenes de modelos para tus cuadros. Los modelos habrían aparecido en la parte oscura borrosa. ¿Me entiendes?

(-Sí)

Las áreas borrosas representaban una confusión de vibraciones. No pudiste obtener el material en un nivel físico visual, a pesar de que lo intentaste, pero en aquel momento tampoco pudiste recibirlo como visión interna. En lugar de ello llegaste a hacer casi una sustitución. Había siempre una sensación de movimiento en el fondo que fue interpretada visualmente como inestabilidad, una concentración de borrones.

Vosotros disteis la aprobación para nuestro experimento temprano en la noche, cuando Ruburt y tú hablasteis en la mesa *(durante la cena).* Ruburt conocía telepáticamente el convenio, aunque no conscientemente. En cierta manera la sonrisa del retrato que vio Jane fue obra tuya. Ruburt conocía el convenio para la demostración, pero también estaba un poco asustada por cómo podrías interpretar la experiencia. Lo de la sonrisa del retrato era para darle seguridad, más bien ajane que a Ruburt. Tú le transmitiste seguridad. Ruburt se dejó tranquilizar por Joseph. ¿Me sigues?

(—Sí. —Y pensé que era un método muy efectivo.)

Bien. ahora voy a terminar por esta noche.

(-Ha sido muy interesante.)

Te agradezco tu ayuda, Un cariñoso deseo de que paséis buena noche.

(23.36. -Buenas noches, Seth. -De nuevo tuve algún problema para escribir dos o tres palabras después del último descanso. Y eso fue todo.)

SEGUNDA PARTE

9. LA EXPERIENCIA DE LA «MUERTE»

SESIÓN 535, 17 DE JUNIO DE 1970

21.00 MIÉRCOLES

(Las sesiones programadas normalmente para el 10 y el 17 de junio no tuvieron lugar para que Jane pudiera descansar. Sin embargo, durante mi visita al dentista hicimos por nuestra cuenta un experimento relacionado con la hipnosis con bastante éxito;

Jane tuvo anoche su clase de percepción extrasensorial, pero no hubo sesión.)

Buenas noches.

(—Buenas noches, Seth.)

Comenzamos la segunda parte capítulo nueve y lo titularemos: «La experiencia de la muerte.» ¿Qué sucede en el momento de la muerte? Es una pregunta más fácil de formular que de contestar. Esencialmente no existe un momento concreto de la muerte, ni siquiera en caso de accidente repentino. No obstante, intentaré daros una respuesta práctica sobre lo que vosotros creéis respecto a esta pregunta. Lo que la pregunta significa realmente para muchas personas es lo siguiente: ¿Qué pasará cuando yo ya no esté vivo físicamente? ¿Qué sentiré entonces? ¿Seguiré siendo yo mismo? ¿Seguirán impulsándome las mismas

emociones que sentí durante la vida? ¿Existen el cielo y el infierno? ¿Vendrán a recibirme dioses o demonios, enemigos o personas queridas ? Casi todas estas preguntas quieren decir: cuando esté muerto, ¿seguiré siendo el que soy ahora, recordaré a aquellos que amo ahora?

Contestaré, pues, a las preguntas también en esos términos; pero, antes de hacerlo, hay algunas consideraciones aparentemente poco prácticas relativas a la naturaleza de la vida y la muerte que debemos tratar.

Antes que nada, consideremos el hecho que acabamos de mencionar. No existe un momento separado, indivisible y específico de la muerte. La vida es un estado de transformación, y la muerte forma parte de ese proceso de transformación. Vosotros estáis vivos ahora, sois una conciencia que se conoce a sí misma, chispeante de conocimiento en medio de los restos de células moribundas y células muertas; estáis vivos mientras los átomos y las moléculas de vuestro cuerpo mueren y renacen. Por consiguiente, estáis vivos en medio de pequeñas muertes; porciones de vuestra propia imagen se desmigajan momento a momento para ser luego reemplazadas, y vosotros apenas le dedicáis un pensamiento a ese hecho. Así que, en cierta manera, estáis vivos en medio de vuestra propia muerte; estáis vivos a pesar de las numerosas muertes y renacimientos que ocurren físicamente en vuestros cuerpos, y gracias a ellos.

Si las células no muriesen y no fueran reemplazadas, la imagen física no podría seguir existiendo, así que, en vuestra actual existencia, vuestra conciencia parpadea alrededor de vuestra imagen corporal siempre cambiante.

En cierta manera, vuestra conciencia -tal y como la conocéis vosotros— se podría comparar con una luciérnaga, porque, aunque a vosotros os parece que es continua, no es ése el

caso. También parpadea encendiéndose y apagándose, si bien, como dijimos anteriormente, nunca se extingue por completo. Sin embargo, su enfoque no es tan constante como pensáis vosotros. Así que, mientras permanecéis vivos en medio de vuestras numerosas pequeñas muertes, y aunque no os deis cuenta, a menudo estáis «muertos», incluso en medio de la brillante vida de vuestra propia conciencia.

Aquí estoy usando vuestros términos. Por lo tanto, cuando digo «muerto», lo que quiero decir es apartado por completo de la realidad física. Bien, diciéndolo de una manera simple, vuestra conciencia no está físicamente viva, físicamente orientada, durante todo el tiempo que está físicamente viva y orientada.

(Cuando pasaba esto a máquina el 22 de junio, me pregunté si habría transcripto correctamente lo que Seth había dictado. Jane y yo decidimos que sí... y verdaderamente tiene sentido.) Esto puede parecer confuso, pero confío en poder aclararlo. Existen pulsaciones de la conciencia, aunque, repito, a veces nos sois conscientes de ellas.

Considerad esta analogía. Durante un instante, vuestra conciencia está «viva», enfocada en la realidad física. En el instante siguiente está enfocada en un lugar completamente distinto, en un sistema de realidad diferente. Está no viva o «muerta» según vuestra manera de pensar. El siguiente instante está «viva» otra vez, enfocada en vuestra realidad, pero vosotros no sois conscientes de ese instante intermedio en que no estuvo viva. Vuestro sentido de la continuidad, por lo tanto, está basado totalmente en una pulsación sí y otra no de la conciencia. ¿Os queda esto claro?

(-Sí. -Pausa a las 21.25.)

Recordad que esto es una analogía, así que la palabra «instante» no debería tomarse muy literalmente. Por

consiguiente, existe lo que podríamos llamar «el otro lado de la conciencia». Bien, de la misma manera, los átomos y las moléculas existen pero están «muertos» o inactivos en vuestro sistema, y luego vivos o activos, pero vosotros no podéis percibir el instante en el que no existen. Teniendo en cuenta que vuestros cuerpos y todo vuestro universo están compuestos de átomos y moléculas, os estoy diciendo que la estructura total existe de esta manera. En otras palabras, se enciende y se apaga con un cierto ritmo, igual que, digamos, el ritmo de la respiración.

Hay ritmos globales, y dentro de ellos una infinidad de variaciones individuales, casi como un metabolismo cósmico. Lo que vosotros llamáis muerte es sencillamente la inserción de una duración más larga de esa pulsación de la que no sois conscientes, una larga pausa en esa otra dimensión, por así decirlo.

La muerte del tejido físico es simplemente una parte del proceso de vida tal como lo conocéis en vuestro sistema, una parte del proceso de transformación. Y, como ya sabéis, nueva vida brotará de esos tejidos.

La conciencia humana no depende de los tejidos, pero no existe materia física que haya llegado al estado de ser sin intervención de una porción de conciencia. Por ejemplo, cuando vuestra conciencia individual ha dejado el cuerpo, en una manera. que pronto explicaré, la conciencia simple de átomos y moléculas permanece y no queda anulada.

Podéis tomar un descanso y luego continuaremos.

(-*¿ Tienes título para la primera parte del libro?)*

No lo tengo todavía. El título que os he dado es para el capítulo nueve. Como nos estamos metiendo en materias específicas, titularé los capítulos individualmente.

(21.40. Jane salió del trance con facilidad. Continuamos a las 21.57.)

En vuestra situación presente, consideráis arbitrariamente que dependéis de una imagen física dada: os identificáis a vosotros mismos con vuestro cuerpo.

Como hemos dicho antes, partes de ese cuerpo mueren a lo largo de vuestra vida, y el cuerpo que tenéis ahora no contiene ni una partícula de materia física de las que tenía, digamos, hace diez años. Así que vuestro cuerpo es ahora completamente diferente de como era hace diez años. El cuerpo que teníais hace diez años, queridos lectores, está muerto. Sin embargo, no cabe duda de que vosotros no os sentís muertos, y sois capaces de leer este libro con esos ojos que están completamente compuestos de materia nueva.

Ese proceso sucede tan suavemente que no os dais cuenta. Las pulsaciones que hemos mencionado son tan cortas que vuestra conciencia las pasa por alto alegremente, pero vuestra percepción física no parece ser capaz de salvar el vacío cuando ocurre el ritmo de pulsación más largo. Y ése es el tiempo que vosotros percibís como la muerte. Lo que es necesario que conozcáis, por lo tanto, es lo que pasa cuando vuestra conciencia está separada de la realidad física, y cuando momentáneamente parece que no tiene una imagen que ponerse.

En la práctica, no hay una sola respuesta, ya que cada uno de vosotros es un individuo distinto. Hablando en general, por supuesto que existe una respuesta que abarca los principales aspectos de esta experiencia, pero el tipo de muerte tiene mucho que ver con la experiencia por la que pasa la conciencia. También influye el desarrollo de la conciencia en sí misma, y el conjunto de sus métodos característicos para manejarla experiencia.

Vuestras creencias respecto a la naturaleza de la realidad alterarán en gran medida vuestras experiencias, ya que las interpretaréis de acuerdo con vuestros conocimientos, al igual que ahora interpretáis la vida diaria de acuerdo con vuestras creencias de lo que es o no posible. Vuestra conciencia puede abandonar vuestro cuerpo despacio o deprisa, dependiendo de distintas variantes.

(Pausa a las 22.11.) En muchos casos de senilidad, por ejemplo, las partes de la personalidad que están muy organizadas ya han abandonado el cuerpo y afrontan las nuevas circunstancias. El miedo a la muerte puede causar un pánico psicológico tal que, debido al sentido de autoconservación y defensa, bajáis el nivel de conciencia hasta llegar al estado de coma, del que necesitáis algún tiempo para recobraros.

La creencia en las llamas del infierno pueden causaros alucinaciones sobre las condiciones del averno. La creencia en un cielo estereotipado también puede dar como resultado una alucinación sobre las condiciones del cielo. Siempre creáis vuestra realidad de acuerdo con vuestras creencias y expectativas: tal es la naturaleza de la conciencia en cualquier realidad que se encuentre. Pero os aseguro que esas alucinaciones son temporales.

La conciencia debe usar sus talentos. El aburrimiento y el estancamiento de un cielo estereotipado no contentarán a una afanada conciencia durante mucho tiempo. Hay maestros que explican estas condiciones y circunstancias; así pues, no se os deja solos en medio de un laberinto de alucinaciones. Puede que no os deis cuenta inmediatamente de que estáis físicamente muertos.

(22.20.) Os encontraréis con que tenéis otra forma; será una imagen que os parecerá bastante física, siempre que no tratéis de manipular con ella dentro del sistema físico, en

cuyo caso las diferencias entre ella y el cuerpo físico resultarán obvias.

Si creéis firmemente que vuestra conciencia es producto del cuerpo físico, trataréis de agarraros a él. De todas formas, hay una serie de personalidades, una guardia de honor, por así decirlo, que están siempre preparadas para prestar ayuda y asistencia.

Bien, esta guardia de honor está formada por personas tanto vivas como muertas. Aquellas que viven en vuestro sistema de realidad cumplen con estas actividades en experiencias «fuera del cuerpo» mientras el cuerpo físico duerme. Conocen la proyección de la conciencia y las sensaciones que esto acarrea, y ayudan a orientarse a aquellos que no van a volver al cuerpo físico.

(22.26.) Estas personas sirven de gran ayuda porque todavía están involucradas en la realidad física y tienen una comprensión más directa de los sentimientos y emociones implícitos en vuestro final. Es posible que estas personas no recuerden sus actividades nocturnas. Las experiencias de proyección de conciencia y el conocimiento de la movilidad de la conciencia son, pues, muy convenientes como preparación para la muerte. Podéis experimentar por adelantado, por así decirlo, el entorno que encontraréis después de la muerte y conocer sus condiciones.

Por cierto, ésta no es necesariamente una tarea sombría, como tampoco son nada sombríos los entornos que hay después de la muerte. Por el contrario, son mucho más intensos y alegres que la realidad que conocéis.

Simplemente estaréis aprendiendo a operar en un nuevo entorno en el que se aplican nuevas leyes, y esas leyes son mucho menos restrictivas que las físicas con que operáis

ahora. En otras palabras, deberéis aprender a entender y usar nuevas libertades.

Pero incluso estas experiencias variarán, y éste es además un estado de transformación, ya que muchos continuarán con otras vidas físicas. Otros existirán y desarrollarán sus capacidades en otros sistemas de realidades completamente distintas, y por lo tanto permanecerán durante un tiempo en ese estado «intermedio».

Ahora podéis tomaros vuestro descanso.

(De 22.35 a 22.48.)

(Un poco divertido:) Bien, a aquellos de vosotros que sois perezosos no puedo ofreceros esperanza alguna: la muerte no os va a ofrecer un eterno lugar de descanso. Podéis descansar, si eso es lo que deseáis, durante un período. Aun así, no sólo debéis usar vuestras capacidades después de la muerte, sino que deberéis dar la cara por aquellas que no usasteis durante vuestra existencia anterior.

Aquellos de vosotros que creéis en la vida después de la muerte encontraréis que os acostumbráis más fácilmente a las nuevas circunstancias. Aquellos de vosotros que no tenéis esa fe podéis obtenerla de una manera diferente, siguiendo los ejercicios que os daré más tarde en este libro; ellos os permitirán aumentar vuestra percepción de esas otras capas de la realidad si sois persistentes y resueltos y tenéis ilusión.

La conciencia que conocéis vosotros está acostumbrada a estos breves vacíos de no existencia física que hemos mencionado anteriormente. Los períodos más largos la desorientan en distintos grados, pero no son infrecuentes. Cuando el cuerpo físico duerme, la conciencia abandona a menudo el sistema físico durante períodos de tiempo bastante largos, hablando en vuestros términos. Pero, debido

a que la conciencia no está en el estado físico normal despierto, no se da cuenta de estos vacíos y está relativamente despreocupada al respecto.

(22.50.) Si la conciencia abandonara el cuerpo durante un período de tiempo semejante en el estado físico normal despierto, creería estar muerta, pues no podría racionalizar ese vacío de dimensión y de experiencia. Por lo tanto, cada uno de vosotros ha sufrido en estado de sueño -hasta cierto punto- el mismo tipo de ausencia de la realidad física de la conciencia que experimentaréis durante la muerte.

En estos casos volvéis al cuerpo, pero habéis traspasado muchas veces el umbral a esas otras existencias, así que no os serán tan desconocidas como suponéis ahora. Los experimentos de recordar los sueños y otras disciplinas mentales que mencionaremos más adelante ayudarán a aclarar este punto a todos aquellos que emprendan esos ejercicios que sugerimos.

Puede suceder que seáis recibidos por parientes o amigos inmediatamente después de la muerte o no. Como siempre, esto es un asunto personal. Tal vez estéis mucho más interesados en personas que habéis conocido en vidas pasadas, que en esos otros más cercanos a vosotros en la presente.

(23.03.) Vuestros verdaderos sentimientos hacia los parientes que también están muertos serán conocidos por ellos y por vosotros. No hay hipocresía. No fingiréis que amáis a un padre que no supo ganarse vuestro respeto o cariño. La telepatía opera sin distorsiones en este período de después de la muerte, así que deberéis hacer frente a las verdaderas relaciones que existen entre vosotros y los parientes y amigos que hayan acudido a esperaros.

Por ejemplo, podríais descubrir que alguien a quien considerabais vuestro enemigo realmente merecía vuestro cariño y respeto, y así lo trataréis. Las razones que han motivado vuestras acciones os resultarán claras como el agua, pero aun así reaccionaréis ante ello a vuestra manera. No os volveréis inmediatamente sabios si no lo erais antes, pero tampoco podréis esconderos de vuestros propios sentimientos, emociones y motivaciones. Que aceptéis o no vuestras motivaciones de índole inferior o que aprendáis de ellas será elección vuestra. Las oportunidades de desarrollo y crecimiento son muy ricas, desde luego, y los métodos de aprendizaje que están a vuestra disposición son muy eficaces.

Examinaréis el entretejido de la existencia que habéis dejado, y aprenderéis a comprender cómo vuestras experiencias fueron el resultado de vuestros pensamientos y emociones y cómo éstos afectaron a otros. Hasta que hayáis concluido este examen, no podréis ser conscientes de las partes mayores de vuestra propia identidad. Cuando entendáis el significado y el sentido de la vida que acabáis de dejar, estaréis preparados para el conocimiento consciente de otras existencias.

Entonces os volveréis conscientes de la conciencia expandida. Lo que sois empezará a incluir lo que habéis sido en otras vidas, y comenzaréis a hacer planes para vuestra siguiente existencia física, en caso de que decidáis tenerla. Podréis también entrar en otro nivel de realidad, y luego volver a la existencia física si así lo escogéis.

(23.15.) Bien, éste es el final del dictado. Podéis hacerme preguntas o finalizar la sesión, como prefiráis.

(Yo tenía preparadas un montón de preguntas sobrepintara, así que la sesión no terminó hasta las 23.26.)

SESIÓN 536, 22 DE JUNIO DE 1970

21.18 LUNES

Buenas noches.

(-Buenas noches, Seth.) Bien, continuemos el dictado.

Vuestra conciencia, tal y como vosotros la concebís, puede dejar totalmente vuestro cuerpo antes de vuestra muerte física. (Como se dijo antes, no hay un momento preciso de la muerte, pero estoy hablando como si lo hubiera en consideración a vosotros.)

Vuestro ser consciente... Podéis hacer una pausa y atender vuestras tareas.

(Yo ya había soltado mi cuaderno. Rooney, nuestro gato negro, estaba rascando la puerta del salón. Jane esperaba en estado de semitrance -con una sensación que luego describió como «rara»- mientras yo seguía al gato por el vestíbulo. Antes de que volviera a entrar en el apartamento llegó el chico de los recados;

cuando terminé de pagarle. Jane había salido del trance. Finalmente continuamos a las 21.27.)

Vuestra conciencia abandona el organismo físico de distintas maneras dependiendo de las circunstancias. En algunos casos el organismo puede seguir funcionando hasta cierto punto, aunque sin la dirección y la organización que tenía antes. La conciencia simple de los átomos, las células y los órganos continúa existiendo durante algún tiempo después de que la conciencia principal ha partido.

Podéis quedaros desorientados o no, según vuestras creencias y desarrollo, y no me refiero necesariamente al desarrollo intelectual. El intelecto debería ir a la par con las emociones e intuiciones; pero, si éste empuja con demasiada fuerza en su contra, pueden surgir dificultades si la conciencia recién liberada se aferra a sus ideas sobre la realidad después de la muerte, en lugar de enfrentarse a la realidad particular en la que se encuentra. Puede, en otras palabras, negar sus sentimientos e incluso intentar persuadirse de que su estado actual de independencia del cuerpo no es real.

(21.32.) Repito lo que mencioné anteriormente: un individuo puede estar tan seguro de que la muerte es el final de todo, que puede llegar al olvido total, aunque sólo temporalmente. Por supuesto, también hay muchos casos en los que inmediatamente después de dejar el cuerpo hay asombro y un reconocimiento de la situación. Es posible contemplar el propio cuerpo, y muchos funerales tienen un invitado de honor entre los asistentes, y no hay ninguno que observe el rostro del cadáver con tanta curiosidad y admiración como él.

En este punto hay varias clases de comportamiento, que dependen siempre de la formación, conocimientos y costumbres del individuo. Los ambientes con que se encuentran los muertos varían a menudo. Las alucinaciones vívidas pueden crear experiencias tan reales como cualquiera de la vida mortal. Os he dicho que los pensamientos y las emociones crean la realidad física, y también crean la experiencia después de la muerte. Eso no quiere decir que esas experiencias no sean válidas, como tampoco quiere decir que la vida física no sea válida.

Se han usado ciertas imágenes para simbolizar la transición de una existencia a la otra, y muchas de ellas son extremadamente valiosas ya que nos dotan de un marco de

referencia comprensible. El cruce de la laguna Estigia es una de ellas. Los moribundos esperaban que ocurriesen ciertos trámites en determinado orden. El lugar se conocía de antemano y, en el momento de la muerte, la conciencia tenía vívidas alucinaciones sobre el río. Los parientes y amigos ya muertos entraban en el ritual, que era una ceremonia muy profunda también por su parte. El río era tan real como cualquiera que vosotros conozcáis, e igual de traicionero para un viajero solitario sin el conocimiento apropiado. Siempre había guías en el río para ayudar a cruzar a esos viajeros.

Eso no quiere decir que ese río sea una ilusión. El símbolo es realidad, ¿sabéis? El camino había sido proyectado, pero esa imagen en particular ya no está en uso generalmente. Los vivos no saben cómo leerla. El cristianismo ha creído en el cielo y en el infierno, en el purgatorio y en el ajuste de cuentas; y, por eso, en el momento de la muerte de aquellos que creen en esos símbolos se representa otra ceremonia en la que los guías se disfrazan de las figuras queridas de los santos y los héroes cristianos.

(Pausa a las 21.48.) Y luego, dentro de ese marco y en términos que esos individuos puedan comprender, se les cuenta la verdadera situación. Los movimientos religiosos de masas han cumplido con ese propósito durante siglos, dotando al hombre de un plan para seguir. Poco importaba que el plan más tarde pareciese una cartilla infantil o un libro de instrucciones lleno de cuentos pintorescos, ya que se cumplía el propósito principal y se evitaba la desorientación.

En períodos en que las masas no tienen esas creencias hay mucha más desorientación, y el problema aumenta cuando los individuos niegan completamente la vida después de la muerte. Desde luego, también hay muchos que están encantados de encontrarse todavía conscientes. Otros tienen que aprender otra vez ciertas leyes de comportamiento, pues

no se dan cuenta de la potencia creativa de sus pensamientos y emociones.

Un individuo así puede, por ejemplo, encontrarse en diez entornos distintos en el tiempo de un parpadeo, sin tener ni idea del motivo de tal situación. No verá la continuidad en absoluto y se encontrará lanzado sin razón aparente de una experiencia a otra, sin darse nunca cuenta de que son literalmente sus propios pensamientos los que lo han propulsado.

(21.55.) Estoy hablando ahora de los acontecimientos que siguen inmediatamente a la muerte, ya que existen también otros estados. Hay guías que amablemente formarán parte de vuestras alucinaciones, para poder ayudaros a salir de ellas, pero antes que nada deben conseguir vuestra confianza.

Una vez -hablando en vuestros términos- actué como uno de esos guías; Ruburt sigue ahora ese mismo camino en estado de sueño. La situación es bastante difícil para el guía, ya que se debe proceder con la máxima discreción. La imagen de Moisés que pueda tener un hombre, como pude descubrir, no es la misma imagen que pueda tener otro. Yo he sido un Moisés bastante creíble en varias ocasiones, y una vez, aunque resulte difícil de creer, para un árabe.

(22.00.) El árabe era un personaje muy interesante, por cierto, y para ilustrar algunas de las dificultades del caso, os hablaré de él. Odiaba a los judíos, pero de alguna manera estaba obsesionado con la idea de que Moisés era más poderoso que Alá, y durante años éste había sido el pecado secreto que pesaba sobre su conciencia. Había pasado cierto tiempo en Constantinopla en la época de las cruzadas. Fue capturado y terminó con un grupo de turcos condenados a ser ejecutados por los cristianos, y en este caso de una manera espantosa. Lo obligaron a abrir la boca y se la

llenaron de carbones encendidos. Imploró a Alá y luego, en el colmo de la desesperación, a Moisés; y, cuando su conciencia dejó su cuerpo. Moisés estaba allí.

Él creía en Moisés más de lo que creía en Alá, y yo no supe hasta el último momento qué forma debería asumir. Era un tipo muy simpático, y en esas circunstancias no me importó el hecho de que él esperara que se librara una batalla por su alma. Moisés y Alá tendrían que luchar por él. Él no podía liberarse del concepto de fuerza, aunque había muerto por la fuerza, y nada podía persuadirlo a aceptar ningún tipo de paz, de satisfacción o de descanso hasta que se librase alguna batalla.

Un amigo mío y yo, junto con algunos otros, representamos la ceremonia, y desde nubes opuestas en el cielo Alá y yo gritamos reclamando su alma, mientras él, pobre hombre, estaba postrado entre nosotros muerto de terror. Aunque yo os cuente esta historia en clave de humor, deberéis entender que fueron las creencias del hombre las que la produjeron; por eso, para que fuese libre, nosotros la desarrollamos.

Yo invoqué a Jehová, pero sin resultado, ya que nuestro árabe no conocía a Jehová —sólo a Moisés— y era en Moisés en quien había puesto su fe. Alá empuñó una espada cósmica, y yo le prendí fuego hasta que la tuvo que tirar. Cayó en tierra, y ésta se prendió fuego. Nuestro árabe seguía implorando. Él veía una gran cantidad de seguidores detrás de Alá, así que una gran cantidad de seguidores apareció también detrás de mí. Nuestro amigo estaba convencido de que uno de nosotros tres debería ser destruido, y temía en grado sumo que él fuera la víctima.

Finalmente las nubes opuestas en que habíamos aparecido se acercaron. Yo llevaba en mi mano una tabla que decía: «No matarás.» Alá llevaba una espada. Cuando nos acercamos más, intercambiamos estos artículos y nuestros

seguidores se fusionaron. Nos juntamos y formamos la imagen de un sol y dijimos:

«Ambos somos uno.»

Estas dos ideas diametralmente opuestas tenían que fundirse o ese hombre nunca hallaría la paz, y sólo cuando los opuestos estuviesen unidos podíamos empezar a explicarle su situación.

Podéis tomaros un descanso.

(22.20. El trance de Jane había sido profundo pero a pesar de ello recordaba parte de la aventura de Seth. Dijo que tenía una serie de imágenes paralelas al material, aunque no podía describirlas en aquel momento.)

(Las Cruzadas fueron una serie de expediciones militares enviadas por las fuerzas cristianas durante los siglos XI, XII y XIII para recuperar los Santos Lugares, que estaban en poder de los musulmanes. Mientras Seth transmitía la historia. Jane se había preguntado qué haría un árabe en la Constantinopla turca de aquellos días. Yo le expliqué la geografía de la región. Presumiblemente ese viajero podría haber alcanzado Constantinopla [hoy en día Estambul] por tierra, atravesando Turquía -que está al norte de Arabia-, o por mar, rodeando Turquía por el Mediterráneo y cruzando los Dardanelos. Las distancias no eran tan largas como creemos en la Edad Media.)

(Jane no tiene mucho sentido de la geografía o de la distancia, hecho que sin darse cuenta le ha servido de ayuda en las sesiones. En cambio, tiene un inequívoco sentido de la orientación local, y puede indicar los puntos cardinales mucho mejor que yo. Continuamos a las 22.43.)

Para ser un guía así se requiere una gran disciplina y preparación.

Antes del acontecimiento que he relatado, yo había pasado muchas vidas actuando como guía bajo la tutoría de otro guía, en mis estados de sueño diarios.

Puede suceder, por ejemplo, que uno se pierda momentáneamente en las alucinaciones que se forman, y en tal caso se necesita la ayuda de otro profesor. Es necesaria una investigación delicada de los procesos psicológicos, y la variedad de alucinaciones en que uno se puede ver envuelto es infinita. Así, quizá haya que tomar la forma de una mascota muerta tiernamente amada por la persona.

Toda esta actividad alucinatoria tiene lugar normalmente durante un corto período de tiempo inmediatamente después de la muerte. Sin embargo, muchas personas son totalmente conscientes de sus circunstancias, debido a que tienen formación y desarrollo previo, y después de un descanso están preparadas para progresar, si así lo desean, hacia otros estados.

Tal vez sean conscientes de sus seres reencarnados y reconozcan con facilidad a personalidades que conocieron en otras vidas, suponiendo que esas personalidades no estén ocupadas en otro asunto. También podrían tener alucinaciones voluntarias, o «revivir» ciertas partes de sus vidas pasadas si así lo escogen. Luego viene un período de autoexamen, de rendimiento de cuentas, por así decirlo, en el que pueden revisar la totalidad de su actuación, sus capacidades y sus puntos débiles y decidir si volverán a no a la existencia física.

(22.55.) Todas las personas pueden experimentar cualquiera de estos estados, si bien, a excepción del autoexamen, muchos de ellos pueden evitarse. Como las emociones son muy importantes, resulta muy beneficioso si los amigos están esperando al que muere. Sin embargo, en muchos casos los amigos han progresado a otros estados de actividad, y

muchas veces un guía se disfraza de amigo durante un tiempo para que os sintáis confiados.

Por supuesto, si no tenéis experiencias conscientes fuera del cuerpo frecuentes en el transcurso de la vida es porque soléis creer que no podéis abandonar el cuerpo. Ese tipo de experiencias os familiarizarían mucho más que las palabras con la comprensión de las circunstancia que vais a encontrar.

Recordad que, en cierta manera, vuestra existencia física es el resultado de una alucinación de masas. Existen grandes abismos entre la realidad de un hombre y la de otro. Después de la muerte, la experiencia tiene casi tanta organización, intrincada y comprometida, como la que conocéis en la actualidad. Ahora tenéis alucinaciones privadas, sólo que no os dais cuenta de que lo son. Este tipo de alucinaciones o intensos encuentros simbólicos de que os he estado hablando pueden ocurrir también en vuestros estados de sueño, cuando la personalidad está en un momento de grandes cambios, o cuando debe unificar conceptos opuestos, o cuando una idea debe transformarse en otra. Son acontecimientos significativos psíquicos y psicológicos, dotados de una gran carga, ya sucedan antes o después de la muerte.

(23.05.) Si ocurren en estado de sueño pueden cambiar el curso de una civilización. Después de su muerte, un individuo puede visualizar su vida (física inmediata anterior) como un animal con el que debe ponerse de acuerdo, y esa batalla o encuentro tiene consecuencias de gran alcance, ya que ese hombre debe ponerse de acuerdo con todas sus partes. En ese caso, según que la alucinación termine con él montado sobre el animal, o haciéndose su amigo, o domesticándolo, o matándolo, o muriendo entre sus garras, cada alternativa... *(Jane tosió; luego hizo una pausa y tomó un sorbo de*

cerveza) es sopesada cuidadosamente, y el resultado tendrá mucho que ver con su futuro desarrollo.

Sería mejor que hicieseis un descanso en consideración a Ruburt.

(-Está. bien. -La voz de Jane se había vuelto ronca y débil;

creo que en unos minutos habría tenido que parar forzosamente. Esta es una de las pocas veces, después de siete años de sesiones, en las que ha tenido interferencias en la voz.}

(23.11. Leí a Jane los dos últimos párrafos del material, pero no encontró conexiones emocionales que pudiesen explicar el problema de la voz, ni y o tampoco. Jane ama los animales de una manera poco frecuente. Quizá el ejemplo de Seth había causado la reacción, pensé, pero ella tampoco pareció estar influida por esto. Continuamos a las 23.30, con voz más firme, pero más ronca de lo normal.)

Bien, pronto terminaremos la sesión.

Aquellos que no dedicaron mucho tiempo al autoexamen durante su vida podrían adoptar esta «representación simbólica de la vida» como parte del proceso de autoexamen. En ella el individuo representa su vida en una imagen, y luego se enfrenta con ella. No todos utilizan este método, y a veces son necesarias varias series de estos episodios...

Este es el fin del dictado. Mis más cariñosos saludos para vosotros dos y para el querido monstruo que tenéis al lado.

(-Buenas noches, Seth, y gracias. -Nuestro gato Willy estaba dormitando tendido junto a míen el sofá. 23.25. Jane pronto recobró su voz normal.)

SESIÓN 537, 24 DE JUNIO DE 1970

21.24 MIÉRCOLES

(John Barclay, un empresario en viaje de negocios, estuvo presente en la sesión. Trajo una cinta magnetofónica como había prometido. En ella había resumido los datos que Seth le había dado sobre su vida profesional a lo largo de un período de varios años, y las razones por las que ésta había funcionado o no. Los resultados eran buenos.)

(Como suele hacer a menudo cuando hay testigos presentes, Jane empezó a transmitir con ritmo rápido y animado. Tenía los ojos completamente abiertos, muy oscuros, y la voz mas fuerte de lo normal. Parecía como si sacara energía extra de John y la pusiera a trabajar enseguida.)

Buenas noches.

(John y yo. -Buenas noches, Seth.)

Buenas noches al amigo presente. Espero que me disculpes si sigo con el dictado de mi libro. Tengo que aprovecharlo *(señalándome)* cuando puedo conseguirlo, si quiero terminar mi libro.

(De muy buen humor:) Estamos escribiendo una larga historia. Continuemos con el dictado, pues.

Uno de los alumnos de Ruburt se preguntaba si había algún tipo de organización en las experiencias inmediatas a la muerte. Debido a que ésta es una pregunta que muchos se plantearán, la voy a tratar aquí.

Antes que nada, después de lo que he dicho hasta ahora, debería ser obvio que no hay *una sola* realidad después de la

muerte, sino que cada experiencia es distinta. Aun así, estas experiencias individuales ocurren en determinadas dimensiones. Por ejemplo, hay un estado inicial para aquellos que continúan muy enfocados en la realidad física y para aquellos que necesitan un período de recuperación y descanso. En ese nivel habría hospitales y casas de retiro para los pacientes que aún no se han dado cuenta de que no hay absolutamente nada de malo en ellos.

En algunos casos el concepto de enfermedad está tan asumido, que sus días en la Tierra se han basado en este centro psicológico. Proyectan las condiciones de la enfermedad sobre el nuevo cuerpo al igual que lo hacían con el viejo. A estas personas se les aplican diversas clases de tratamientos de naturaleza psíquica, y se les dice que la naturaleza de sus creencias es la que ocasiona esas condiciones a su cuerpo.

(21.32.) Muchos individuos no necesitan pasar por ese período en particular. Huelga decir que los hospitales y centros de aprendizaje no son físicos; de hecho, a menudo se mantienen gracias al conjunto de guías que llevan a cabo los planes necesarios. Podéis llamar a esto alucinación colectiva, si así os lo parece; pero, para aquellos que se encuentran en esa realidad, los acontecimientos son bastantes reales.

También hay centros de aprendizaje. En ellos se explica la naturaleza de la realidad según la capacidad individual para entenderla y percibirla. Con algunos habrá que usar las parábolas conocidas, al menos inicialmente, y luego se los irá apartando gradualmente de ellas. En esos centros hay ciertas clases en las que la instrucción se da en provecho de aquellos que escogen volver al entorno físico.

En otras palabras, se les enseñan métodos que les permiten traducir las emociones y los pensamientos a la realidad física. No existe el retraso que forzosamente se produce en el

sistema tridimensional entre el inicio de tales pensamientos y su materialización.

Todo esto ocurre más o menos a un nivel, aunque debéis comprender que aquí estoy simplificando el asunto hasta cierto punto. Por ejemplo, hay individuos que no tienen que someterse a esos períodos, pues, debido al desarrollo y progreso en vidas pasadas, están listos para empezar programas más ambiciosos.

Bien, ya he mencionado ese desarrollo otras veces. Algunos de mis lectores que nos son conscientes de poseer habilidades psíquicas podrían pensar que necesitarán un período largo y prolongado de aprendizaje después de la muerte. Permitidme que me apresure a deciros que tal capacidad no tiene que ser necesariamente consciente, y que gran parte de ella se desarrolla en los sueños, cuando sencillamente no sois conscientes de ello.

Ahora os sugiero un descanso y después continuaremos.

(-Espero que así sea -dije bromeando.)

Siempre lo hago. No os podréis librar de mí fácilmente.

(-De acuerdo. -De 21.42 a 21.58.) Bien, puede que después de la muerte os neguéis a creer que estáis muertos, y continuéis enfocando vuestra energía emocional en aquellos que conocíais en vida.

Si estabais obsesionados con un proyecto particular, por ejemplo, podríais querer intentar finalizarlo. Siempre hay guías para ayudaros a entender vuestra situación, pero puede ocurrir que estéis tan absortos que no les prestéis atención.

En este capítulo no hablaré de los fantasmas, porque prefiero hacerlo separadamente. Bastará con decir que una

excesiva concentración emocional en la realidad física puede frenar el desarrollo posterior.

Por supuesto, cuando la conciencia deja el cuerpo y está alejada durante cierto tiempo, la conexión se rompe, mientras que en las experiencias fuera del cuerpo la conexión se mantiene. Es posible que un individuo que ha muerto malinterprete totalmente la experiencia e intente reentrar en el cadáver. Esto puede suceder en el caso de que la personalidad se haya identificado casi exclusivamente con la imagen física.

Aunque no es muy frecuente, en ciertas circunstancias esos individuos intentarán reactivar los mecanismos físicos y se aterrorizarán aún más al descubrir en qué condiciones está el cuerpo. Otros han llorado sobre su cadáver después de que se hubieran ido los dolientes, sin darse cuenta de que están completamente enteros aun cuando el cuerpo haya estado enfermo o con los órganos dañados sin remedio. Son como un perro cuidando su hueso. Aquellos que no hayan identificado por completo su conciencia con el cuerpo encontrarán que les es más fácil dejarlo. Los que hayan odiado su cuerpo descubrirán justo después de la muerte, aunque os parezca raro, que están muy apegados a él.

(22.07.) Todas estas circunstancias pueden ocurrir o no dependiendo del individuo de que se trate. Sin embargo, inmediatamente después de abandonar el cuerpo físico, os encontraréis dentro de otro, el cual tiene la misma forma que utilizáis cuando viajáis en las proyecciones fuera del cuerpo (y permitidme recordar de nuevo a mis lectores que cada uno de vosotros deja su cuerpo durante algún tiempo cada noche cuando duerme).

Esta forma parecerá física, aunque por lo general no podrá ser vista por aquellos que aún continúan en el cuerpo físico. Puede hacer cualquier cosa de las que vosotros hacéis ahora

en los sueños: volar, pasar a través de objetos sólidos, y moverse según vuestros deseos para elevaros, digamos, de un lugar a otro a medida que pensáis en ellos.

Si a alguien le intriga saber qué puede estar haciendo, digamos, una tía que vive lejos, se encontrará allí. Sin embargo, como norma no podréis manipular objetos físicos. No podréis coger una lámpara o tirar un plato. Ese cuerpo es vuestro instantáneamente, pero no es la única forma que tendréis. A propósito, esa imagen no es nueva. Ahora existe entretejida con vuestro cuerpo físico, pero vosotros no lo percibís. Después de la muerte, será el único cuerpo del que seréis conscientes durante algún tiempo.

(Pausa a las 22.15.) Más adelante y en muchos otros niveles, acabaréis por aprender a tomar conscientemente las distintas formas que escojáis. En cierta manera, podríamos decir que eso lo hacéis ahora, cuando convertís vuestra experiencia psicológica -vuestros pensamientos y emociones- bastante fielmente, aunque de un modo inconsciente, en objetos físicos. Podría suceder que, si después de la muerte os imagináis a vosotros mismos como niños, adquirierais de repente la forma del niño que fuisteis. Por lo tanto, durante cierto período de tiempo podéis manipular esa forma para que tome cualquier apariencia de las que tuvo cuando estaba conectada a vuestra forma física, en la vida física inmediatamente anterior. Podríais haber muerto a los ochenta años y después de la muerte imaginaros con la juventud y vitalidad que teníais a los veinte años, y encontrar que vuestra forma cambia para corresponder a esa imagen interna.

La mayoría de los individuos escogen después de la muerte una imagen más madura que normalmente corresponde al punto más alto de las capacidades físicas, sin tener en cuenta la edad en que se alcanzó ese punto. Otros, en

cambio, escogen adoptar la forma que tenían en el momento justo en que alcanzaron el máximo desarrollo mental o emocional, sin tener en cuenta la belleza o edad que caracterizaba esa forma. ¿Me seguís?

(-Sí.)

Sea cual sea la forma que escojáis, os encontraréis cómodos con ella y normalmente la usaréis cuando queráis comunicaros con alguien que habéis conocido; aunque, para esas comunicaciones con los vivos, también podéis adoptar la forma que teníais cuando conocíais al individuo con el que queréis contactar.

Ahora podéis tomaros un descanso y yo contactaré de nuevo con vosotros.

(Jane, como Seth, apuntó a John Barclay, que estaba sentado a mi lado en el sofá. John había asistido esa tarde a una reunión de negocios en la que se había servido champán, y ahora estaba somnoliento...)

Ahora está en estado de sueño.

(-Así parece.)

(John dijo sonriendo: -Sólo trataba de seguirte, Seth. Ve despacio.)

(De las 22.25 a las 22.37. Finalmente Seth interrumpió la larga conversación que Jane, John y yo teníamos durante el descanso.)

Bien, ¿puedo continuar con el dictado?

Estos entornos de después de la muerte no necesariamente existen en otros planetas. No ocupan espacio alguno, así que la pregunta de dónde pasa todo eso básicamente no tiene ningún significado.

Tal pregunta obedece a vuestra errónea interpretación de la naturaleza de la realidad. De hecho, no es un lugar ni tiene una ubicación específica. Esos entornos existen en medio del mundo físico que conocéis, sin que los percibáis. Vuestros mecanismos de percepción simplemente no os permiten sintonizar sus frecuencias, ya que reaccionáis a un campo altamente específico aunque limitado. Como dije antes, otras realidades coexisten con la que os es propia; lo único que ocurre es que, en la muerte, os despojáis de la parafernalia física, sintonizáis otros campos y reaccionáis a otros presupuestos.

(22.43.) Desde ese otro punto de vista, podéis percibir la realidad física hasta cierto punto, pero hay campos de energía que las separan. Todos vuestros conceptos del espacio están tan distorsionados que resulta extremadamente difícil dar una explicación verdadera. Dadnos un momento. *(Pausa.)*

Por ejemplo, como vuestros mecanismos perceptivos dicen que los objetos son sólidos, insisten también en que el espacio existe. Bien, lo que vuestros sentidos os dicen sobre la naturaleza de la materia es totalmente erróneo, y lo que os dicen sobre el espacio está igualmente equivocado, equivocado en cuanto a la realidad básica, pero bastante acertado por supuesto con respecto a los conceptos tridimensionales. *(Con sentido del humor:)*

En las experiencias fuera del cuerpo que tenéis cuando estáis vivos, os tropezáis con muchos problemas referidos al espacio, que luego encontraréis después de la muerte. La verdadera naturaleza del tiempo y del espacio resulta más evidente en esos episodios. Por ejemplo, después de la muerte no se necesita tiempo para poder ir a través del espacio. El espacio no existe como distancia: eso es una ilusión. Existen barreras, pero son barreras mentales o

psíquicas. Así, hay intensidades de experiencia que en vuestra realidad son interpretadas como distancia en kilómetros.

Después de la muerte podéis encontraros en un centro de aprendizaje. Teóricamente, ese centro podría estar en medio de vuestro actual salón, en el espacio físico, pero la distancia que habría entre vosotros y los miembros de vuestra familia que aún vivieran -que quizá estarían sentados pensando en vosotros o leyendo el periódico- no tendría nada que ver con el espacio tal y como lo conocéis vosotros. Estaríais más separados de ellos que si estuvierais, digamos, en la Luna.

Tal vez podríais dejar de enfocar vuestra atención en el centro y ver toda la habitación y sus habitantes; pero, aun así, esta distancia que no tiene nada que ver con los kilómetros seguiría existiendo entre vosotros.

(22.55.) Fin del dictado. Me temo que he mandado a dormir al amigo que está ahí. *(Jane, como Seth, señaló a John. Éste rió.)*

(John: -Siento haberte dado esa impresión, Seth.)

Fue una impresión real.

(John: -Esta noche me merezco una regañina.)

Bien, ¿tienes alguna pregunta?

(John: -Sólo generales. Nada específico... -John y Seth se enredaron en una breve conversación, y la sesión terminó a las 23.04.)

(Mis notas originales de esta sesión incluían la larga transmisión de Seth en la clase de percepción extrasensorial de Jane de la pasada noche del 23 de junio de 1970. Seth también se refirió a la organización en esa sesión, pero a la organización tanto de nuestra realidad como la de otras.

Como esa sesión contesta a preguntas que Jane y yo nos hemos hecho a menudo, la hemos incluido casi por completo en el apéndice de este libro.)

10. LAS CONDICIONES DE LA «MUERTE» EN LA VIDA

SESIÓN 538, 29 DE JUNIO DE 1970

21.07 LUNES

Buenas noches.

(-Buenas noches, Seth.)

Bien, capítulo diez: «Las condiciones de la "muerte" en la vida.» *(Seth repitió el título de este capítulo para asegurarse de que yo lo puntuaba correctamente.)*

Las experiencias posteriores a la muerte no os resultarían tan extrañas e incomprensibles si os dierais cuenta de que os enfrentáis a situaciones similares como parte normal de vuestra existencia presente.

Cuando dormís y en estado de sueño, estáis metidos en la misma dimensión de existencia en la que luego tendréis vuestras experiencias de después de la muerte. Como no recordáis la parte más importante de esas aventuras nocturnas, las que sí recordáis os parecen por lo general estrafalarias o caóticas. Eso sucede sencillamente porque, en vuestro estado actual de desarrollo, no podéis desempeñaros conscientemente en más de un entorno.

Sin embargo, vosotros existís conscientemente en un estado coherente y decididamente creativo mientras el cuerpo duerme, y lleváis a cabo muchas de esas actividades que os he dicho que encontraréis después de la muerte. Lo único que ocurrirá es que vais a dirigir el enfoque principal de vuestra atención a una dimensión de actividad diferente, una en la que habéis estado operando continuamente.

(21.15.) Al igual que recordáis vuestra vida despierta y retenéis un gran volumen de esa memoria en los encuentros físicos diarios, y que esa fuente de memoria os da un sentido de la continuidad diaria, así también vuestro ser del estado de sueño tiene un volumen de memoria igualmente vasto. Hay continuidad en vuestra vida diaria, al igual que hay continuidad en vuestra vida de ensueño.

Por consiguiente, una parte vuestra es consciente de todos y cada uno de los encuentros y las experiencias de los sueños. No hay en los sueños más alucinación de la que hay en vuestra vida diaria. En lo que concierne a vuestro ser de ensueño, vuestro ser despierto físico es el soñador. Vosotros sois el soñador que él envía a hacer su camino. Vuestras experiencias diarias son los sueños que él sueña, así que, cuando miráis a vuestro ser de ensueño o pensáis en él, lo hacéis llenos de prejuicios, dando por sentado que vuestra «realidad» es real y su realidad una ilusión.

(21.20.) Sin embargo, su realidad es mucho más natural a vuestro ser. Si no encontráis coherencia en el estado de sueño es debido a que os habéis hipnotizado a vosotros mismos para creer que ésta no existe. Por supuesto, al despertaros tratáis de traducir vuestras aventuras nocturnas a términos físicos e intentáis hacerlas encajar en vuestro concepto distorsionado y limitado de la naturaleza de la realidad.

Eso es natural hasta cierto punto. Estáis enfocados en la vida cotidiana por una razón: la habéis adoptado como un reto. Pero se supone que debéis crecer y desarrollaros dentro de su estructural, y extender los límites de vuestra conciencia. Es muy difícil admitir que, de alguna manera, sois más eficaces y creativos en el estado de sueño que en el estado despierto, y os abruma admitir que el cuerpo de ensueño puede volar realmente, desafiando tanto al espacio como al tiempo. Es mucho más fácil suponer que todas esas experiencias son simbólicas y no literales, y desarrollar complicadas teorías psicológicas para explicar los sueños en que se vuela.

La verdad es que, cuando soñáis que voláis, a menudo lo estáis haciendo. En el estado de sueño operáis más o menos en las mismas condiciones que son naturales a la conciencia no enfocada en la realidad física. Muchas de vuestras experiencias son precisamente aquellas que vais a encontrar después de la muerte: podéis hablar con parientes o amigos muertos, visitar el pasado, saludar a viejos compañeros de clase, caminar por calles que existieron cincuenta años atrás en el tiempo físico, viajar a través del espacio sin emplear tiempo físico para hacerlo, encontraros con los guías, recibir enseñanzas, enseñar a otros, hacer trabajos con un sentido, solucionar problemas, tener alucinaciones.

En la vida física existe un intervalo entre la concepción de una idea y su realización física. En la realidad del sueño eso no es así. Por lo tanto, la mejor manera de familiarizarse por anticipado con la realidad de después de la muerte es explorando y entendiendo la naturaleza de vuestro ser de ensueño, aunque son pocos los que están dispuestos a tomarse ese tiempo o a gastar su energía en ello.

Sin embargo, hay métodos disponibles, y aquellos que los usen no se sentirán perdidos cuando el enfoque de su

atención se vuelva por completo en esa dirección después de la muerte.

Ahora podéis tomaros un descanso.

(De 21.34 a 21.47.)

A pesar de que abandonáis el cuerpo cuando dormís, la conciencia del estado despierto normalmente no recuerda nada de esto porque vuestra memoria consciente está fuertemente conectada a la conciencia dentro del cuerpo.

En el estado de sueño recordáis a todos aquellos con quienes os habéis encontrado en los sueños, aunque en vuestra existencia cotidiana podáis no conocerlos. Podéis relacionaros durante años con asociados muy íntimos que podrían vivir en otra parte del mundo completamente distinta y ser totalmente extraños para vosotros en el estado despierto.

Vuestras tareas diarias tienen un significado y un propósito, y lo mismo sucede con vuestras aventuras en los sueños, y en ellas incluso alcanzáis algunas metas propias. Así lo seguiréis haciendo en la experiencia de después de la muerte. La vitalidad, la fuerza, la vida y la creatividad de vuestra existencia física se generan en esa otra dimensión. En otras palabras, en cierta manera sois una proyección física de vuestro ser de ensueño.

Sin embargo, el ser de ensueño tal como lo concebís vosotros no es más que una sombra de su propia realidad, ya que es un punto psicológico de referencia y de continuidad, que reúne todas las partes de vuestra identidad. Sólo los que estáis más desarrollados conocéis su naturaleza más profunda. En otras palabras, representa una poderosa faceta unificadora de vuestra identidad total. Sus experiencias son tan vividas y su «personalidad» tan rica en su contexto como

la personalidad física que vosotros conocéis (de hecho, es mucho más rica).

Imaginad durante un momento que sois un niño y que yo he asumido la particular tarea de intentar explicaros cómo será vuestro ser adulto desarrollado. En mi explicación, os digo que ese ser adulto es ya en cierto sentido parte vuestra, una consecuencia o proyección de lo que sois ahora. Y el niño dice: «¿Pero qué será de mí? ¿Tengo que morir para convertirme en ese otro ser? No quiero cambiar. ¿Cómo puedo llegar a ser ese ser adulto que no soy ahora, sin que muera lo que soy ahora?»

De alguna manera, estoy en la misma posición cuando intento explicaros la naturaleza de ese ser interno, pues, aunque podéis ser conscientes de él en los sueños, no podéis apreciar totalmente su madurez y capacidades; no obstante las poseéis, de la misma manera que las capacidades del hombre también pertenecen al niño. En estado de sueño aprendéis, entre otras cosas, a crear vuestra realidad física día a día, de igual manera que después de la muerte aprendéis a crear vuestra siguiente vida física.

(22.07.) En los sueños resolvéis vuestros problemas. Durante el día conocéis conscientemente los métodos para resolver problemas que habéis aprendido en los sueños. En los sueños os fijáis vuestras metas, y después de la muerte fijáis las metas para la siguiente encarnación.

No hay estructura psíquica que sea fácil de explicar con palabras. Para explicar la naturaleza de la personalidad tal y como se conoce normalmente, se usan todo tipo de términos: ello, subconsciente, ego, superego; y todos ellos para diferenciar la interrelación de acciones que conforman la personalidad física. El ser de ensueño es igual de complicado. Así, se puede decir que ciertas partes suyas tratan con la realidad física, la manipulación física y sus

proyectos; algunas, con los niveles más profundos de creatividad y logro que aseguran la supervivencia física; otras, con la comunicación y con otros elementos de la personalidad en general desconocidos; otras, con la experiencia y existencia continua de lo que vosotros llamaríais el alma o la entidad individual superior, el verdadero ser multidimensional.

El alma crea la carne. El creador raramente mira hacia abajo a su creación. El alma crea la carne y la existencia física por una razón, así que todo esto no es para llevaros a una aversión por la vida física, ni tampoco a una falta de aprecio por esos goces sensuales que os rodean. Todo viaje interno debería permitiros encontrar más belleza y significado en la vida que conocéis ahora;

pero el goce y el desarrollo total también significan que debéis usar todas vuestras capacidades y explorar las dimensiones internas con el mismo asombro y entusiasmo. Por consiguiente, con una comprensión adecuada podéis hacer que los paisajes, entornos y experiencias que encontraréis después de la muerte os resulten familiares. Encontraréis que son tan vividas como cualquiera de las que conocéis. Estas exploraciones cambiarán completamente las sombrías concepciones que tenéis sobre la existencia después de la muerte. Es, pues, muy importante que os desembaracéis de todas las ideas preconcebidas posibles, pues os impiden progresar.

Podéis tomaros un descanso corto.

(De 22.23 a 22.39.)

Por lo general, si estáis lo suficientemente satisfechos con la realidad física, estaréis en mejor posición para estudiar esos entornos internos.

En el caso de que sólo os veáis rodeados por el mal en la vida física, y os parezca que éste sobrepasa el bien, es que aún no estáis listos. No deberíais emprender una exploración de estas aventuras nocturnas si estáis deprimidos, pues en ese tiempo vuestro estado psíquico está predispuesto a las experiencias deprimentes, tanto en estado de sueño como despiertos. No deberíais emprender este tipo de estudios si esperáis sustituir la experiencia física por la experiencia interna.

Si sustentáis ideas rigurosas e inflexibles sobre el bien y el mal, no tendréis la comprensión que es necesaria para cualquier manipulación consciente en esa otra dimensión. En otras palabras, deberíais ser lo más flexibles mental, psicológica y espiritualmente posible, abiertos a nuevas ideas, creativos, y relativamente independientes de organizaciones o dogmas.

Deberíais ser bastante competentes y comprensivos, y estar lo suficientemente adaptados a vuestro entorno físico para ser capaces de manejar vuestra vida tal cual es. Necesitaréis de todos vuestros recursos. Ésta será una tarea y una exploración activa, no una renuncia pasiva y mucho menos una retirada cobarde. Hacia el final de este libro explicaré ciertos métodos para que podáis explorar conscientemente las condiciones de después de la muerte, y tener cierto control sobre vuestras experiencias y progresos.

Pero ahora quiero describir estas condiciones algo más profundamente. En la vida física, vosotros veis lo que queréis ver; de todo el campo disponible de la realidad física, percibís ciertos datos, datos seleccionados cuidadosamente por vosotros mismos de acuerdo con vuestro concepto de lo que es la realidad. En primer lugar, sois vosotros los que creáis esos datos.

Si creéis que todos los hombres son malos, no podréis experimentar la bondad del hombre: estaréis completamente cerrados a ella. Y ellos, a su vez, os mostrarán su peor lado. Os esforzaréis telepáticamente para no gustar a los demás, y proyectaréis en ellos vuestra aversión.

(22.54.) En otras palabras, vuestra experiencia responde a vuestras expectativas. Lo mismo se aplica a la experiencia de después de la muerte y a la del sueño y a cualquier encuentro fuera del cuerpo. Si estáis obsesionados con la idea del mal, encontraréis condiciones malignas. Si creéis en el demonio, os encontraréis con demonios. Como he mencionado anteriormente, hay una gran libertad cuando la conciencia no está dirigida físicamente. Los pensamientos y las emociones se convierten en realidad sin que medie el lapso de tiempo físico. Así es que, si creéis que os vais a encontrar con un demonio, crearéis vuestra forma mental de un demonio, sin daros cuenta de que se trata de vuestra propia creación.

Por lo tanto, si estáis concentrados de esa manera en los demonios de la existencia física, no estáis preparados para este tipo de exploraciones. Desde luego, en esas condiciones es posible encontrarse con una forma mental que pertenezca a otra persona; pero, si de entrada no creéis en el demonio, reconoceréis la naturaleza de esos fenómenos y ellos no podrán dañaros.

Si se trata de vuestra propia forma mental, de hecho podéis aprender de ella preguntándoos qué es lo que representa, cuál es ese problema que habéis materializado. Ahora bien: podéis tener el mismo tipo de alucinación después de la muerte, utilizarla como símbolo, y emprender un tipo de batalla espiritual que por supuesto, no sería necesaria si tuvieseis mayor entendimiento. Resolveréis vuestros

problemas y dilemas de acuerdo con vuestro nivel de comprensión.

Final del dictado por esta noche. Terminaré la sesión, a no ser que tengáis alguna pregunta.

(-¿Sabes lo que le dije ayer a Jane, sobre lo de emprender un viaje de promoción de El material de Seth? *¿ Tienes algo que decimos sobre ello?)*

Eso lo hablaremos más adelante

(-De acuerdo.)

No en fecha muy lejana. Mis mejores deseos, entonces, y que paséis una buena noche.

(-Buenas noches, Seth. Ha sido muy interesante.)

Espero manteneros interesados en mi historia.

(23.02. Jane había tenido un buen trance. «El ya tiene planeado todo el resto del capítulo -dijo cuando salió del trance-, Puedo sentir enormes bloques de material ya preparados. Pero ahora empiezan a desvanecerse, a irse...»)

(Luego resultó que no volvimos a preguntar a Seth por la promoción y él tampoco volvió a tocar el tema. El material de *Seth fue publicado en septiembre de 1970, e hicimos el viaje de promoción.)*

SESIÓN 539, 1 DE JULIO DE 1970

21.18 MIÉRCOLES

(Al final de la última sesión, que tuvo lugar antes de ayer. Jane me dijo que Seth ya tenía el resto del capítulo diez planeado;

ahora, esta noche, me dijo que no tenía la más remota idea de cómo iría Seth a continuar su trabajo en el capítulo.)

(Había sido un día muy caluroso. Durante varias horas se estuvo fraguando una tormenta. Al cabo, a eso de las nueve, empezó a llover copiosamente con relámpagos y truenos. Nos preguntamos si la sesión tendría lugar, ya que Seth nos había dicho tiempo atrás que las manifestaciones eléctricas interferían con los estados de trance. Pero la sesión comenzó como de costumbre; a Seth, al menos, no parecieron molestarle.)

Bien, continuamos con el dictado.

El entorno de después de la muerte existe a vuestro alrededor, ahora. Y punto.

Es como si vuestra situación presente y todos sus fenómenos físicos se proyectasen desde vuestro interior hacía el exterior, ofreciéndoos una película continua que os forzaría a percibir sólo aquellas imágenes que se han transpuesto, las cuales parecerían tan reales que reaccionarías ante ellas constantemente.

(Pausa a las 21.23. En esos momentos la tormenta era tan ruidosa que Seth tuvo que aumentar el volumen de su voz.)

Sin embargo, ellas sólo sirven para enmascarar otras realidades bastante válidas que existen al mismo tiempo, aunque en realidad es en esas otras realidades donde obtenéis el poder y el conocimiento para realizar las proyecciones materiales. Vosotros podríais, por así decirlo, «poner la cámara en punto muerto», parar la película y poner vuestra atención en esas realidades.

Ante todo, debéis daros cuenta de que existen. Como paso previo a los métodos que daré más adelante, sería una buena idea preguntaros a vosotros mismos de vez en cuando: «¿De qué soy consciente en este momento?» Haced esto cuando vuestros ojos estén abiertos y de nuevo cuando estén cerrados.

Cuando tengáis los ojos abiertos, no deis por sentado que sólo existen los objetos que percibís de inmediato. Mirad hacia donde el espacio parece vacío, y escuchad en medio del silencio. Hay estructuras moleculares en cada centímetro de espacio vacío, pero os habéis enseñado a no percibirlas. Hay otras voces, pero habéis entrenado vuestros oídos para que no las oigan. Usáis vuestros sentidos internos cuando estáis en estado de sueño, y hacéis caso omiso de ellos cuando estáis despiertos.

(En esos momentos las luces se apagaron un par de veces.)

Los sentidos internos están equipados para percibir datos que no son físicos. A ellos no los engañan las imágenes que vosotros proyectáis en la realidad tridimensional, pero también pueden percibir objetos físicos. Vuestros sentidos físicos son extensiones de esos métodos internos de percepción, y es en estos en los que vais a apoyaros después de la muerte. Se usan también en las experiencias fuera del cuerpo, y operan constantemente bajo la conciencia despierta normal...

(Había habido un accidente o un incendio en nuestro barrio después de que estallara la tormenta, y varios camiones y coches pasaron a toda velocidad con chirriantes sirenas por Walnut Street, dos casas más abajo. Creí que todo ese estrépito iba a romper el trance de Jane, pero no fue así; hizo una pequeña pausa y luego continuó.)... así que incluso podéis familiarizaros con la naturaleza de la percepción de después de la muerte, ahora. Punto.

En otras palabras, el entorno, las condiciones y los métodos de percepción no os resultarán extraños. No se os va a lanzar a lo desconocido; lo desconocido forma parte de vosotros ahora. Formaba parte vuestra antes de vuestro actual nacimiento físico, y también lo hará después de vuestra muerte física. Sin embargo, estas condiciones han sido borradas de vuestra conciencia a lo largo de toda la historia física. La humanidad ha tenido varias concepciones de su propia realidad, pero le ha dado la espalda intencionadamente, según parece, en el último siglo. Existen muchas razones para ello, y vamos a intentar exponer algunas de ellas.

Tomad vuestro descanso.

(21.37. Este descanso llegó muy pronto considerando la hora en que comenzó la sesión. «El ambiente esta inestable -dijo Jane-. Me ha molestado en ocasiones.» Había sido especialmente consciente de las sirenas. Dijo que su trance había sido «intermitente» o a oleadas: un momento estaba bien «metida» y luego se veía arrastrada casi a su estado de conciencia normal. Pero, en mi opinión, el material tenía la calidad de siempre, y su manera de transmitirlo no había cambiado.)

(La lluvia, los relámpagos y los truenos continuaban incesantes, y el estruendo reinaba en toda la dudad. Incluso nuestra casa, grande y sólida, se estremecía a veces. La voz de Jane seguía siendo más fuerte de lo habitual cuando continuamos, aunque a ritmo más lento, a las 21.52.)

En cierta manera, estáis «muertos» ahora, tan muertos como siempre lo estaréis.

Cuando estáis haciendo vuestras tareas y quehaceres diarios, con la conciencia normal de despiertos, también estáis enfocados constantemente en otras realidades,

reaccionando a estímulos de los que vuestra conciencia física no es consciente, percibiendo estados a través de los sentidos internos, y experimentando acontecimientos que el cerebro físico ni siquiera registra.

Lo que ocurre después de la muerte es que sois conscientes de esas dimensiones de actividad que ahora pasáis por alto. Ahora predomina la existencia física, pero luego no será así. Sin embargo, tampoco estará perdida para vosotros ya que, por ejemplo, podréis retener vuestros recuerdos. Simplemente saldréis de un marco de referencia particular. En ciertas condiciones, incluso seréis libres de utilizar los años que aparentemente se os han dado de diferentes maneras.

(22.01.) Os he dicho que el tiempo no consiste en una serie de momentos, uno después del otro, aunque ahora lo percibáis de esa manera. Los acontecimientos no son cosas que os suceden a vosotros: son experiencias materializadas creadas por vosotros de acuerdo con vuestras expectativas y creencias, y las partes internas de vuestra personalidad lo saben. Después de la muerte no estaréis concentrados en las formas físicas adoptadas por el tiempo y los acontecimientos. Podréis usar los mismos elementos, de igual manera que un pintor usa sus colores.

(22.07. En esos momentos llovía copiosamente.)

Quizá vuestro tiempo de vida sea de setenta y cinco años. Después de la muerte, en ciertas condiciones y si así lo escogéis, podréis experimentar los acontecimientos de esos setenta y cinco años con calma, pero no necesariamente como una continuidad. Podréis alterar los acontecimientos y manipular dentro de esa dimensión particular de actividad que representaron vuestros setenta y cinco años.

Si encontráis errores de juicio graves, podréis corregirlos. En otras palabras podréis perfeccionaros, aunque no podréis entrar de nuevo en ese marco de referencia para participar plenamente en el curso histórico del tiempo uniéndoos a esa existencia masivamente alucinada que es el resultado de la conciencia aplicada de vuestro ser y de vuestros «contemporáneos».

Algunos prefieren escoger esto antes que la reencarnación o como estudio previo a una nueva reencarnación. Esas personas son a menudo grandes perfeccionistas. Tienen que ir hacia atrás y corregir. Tienen que enderezar sus errores. Utilizan la última vida pasada como un lienzo, y con ese mismo «lienzo» intentan hacer un cuadro mejor. Éste es un ejercicio mental y psíquico, utilizado por muchos, que exige una gran concentración y que no es más alucinatorio que cualquier existencia.

Ahora podéis tomaros un descanso.

(22.14. El trance de Jane había sido más profundo, pero le sorprendió la brevedad del material transmitido; creía haber estado fuera durante un período de tiempo mayor. La lluvia había disminuido un poco ahora y hacía mas frío. «Es una noche extraña», dijo ella. Continuamos a las 22.31.)

Podréis sentir que queréis «revivir» ciertos episodios de vuestra vida para poder entenderlos mejor. Vuestra experiencia de vida, por lo tanto, os pertenece. Estas condiciones, ciertamente, no os son extrañas. En la vida ordinaria, a menudo os imagináis comportándoos de manera distinta de como lo hicisteis, o volvéis a experimentar acontecimientos en vuestra mente para comprenderlos mejor. Vuestra vida es vuestra propia perspectiva de la experiencia personal y cuando, después de la muerte, la sacáis del contexto del tiempo físico experimentado por la masa, podéis experimentarla de muchas maneras. Recordad: los eventos y

los objetos no son absolutos, sino modelables. Los acontecimientos pueden cambiarse, tanto antes como después de haber ocurrido. No son estables o permanentes, aunque así lo parezcan en el contexto de la realidad tridimensional.

Cualquier cosa que conozcáis en la existencia tridimensional es sólo una proyección de una realidad mayor en esa dimensión. Los acontecimientos de los que sois conscientes son sólo aquellos fragmentos que se introducen o aparecen en vuestra conciencia normal cuando estáis despiertos. En estado de sueño y por debajo de la conciencia despierta que utilizáis durante el día podéis conocer otras partes de esos acontecimientos.

(22.42. El ritmo de Jane era muy lento.) Si queréis saber qué es la muerte, debéis ser conscientes de vuestra propia conciencia cuando está divorciada de la actividad física. Encontraréis que es muy activa. Con práctica descubriréis que la conciencia normal de la vigilia es muy limitada y que lo que una vez creísteis que eran las condiciones de la muerte se parecen mucho más a las condiciones de la vida. Fin del dictado.

Bien, hay cierta inestabilidad esta noche proveniente de la atmósfera, pero a pesar de todo hemos tenido la sesión.

(-Me ha parecido buena.)

Sin embargo, la vamos a terminar. En circunstancias como éstas hay una tensión adicional sobre Ruburt y no tenemos necesidad de prolongarla. Os deseo que paséis una buena noche.

(-Y tu también, Seth. -22.46. Jane dijo sentirse bien. Aunque en cierta manera sus trances habían sido variables esa noche, realmente la única «tensión adicional» que recordaba era cierta dificultad para volver a entrar en trance después de

los descansos.)

(Luego charlamos sobre la reciente idea de Jane de mantener por ejemplo una sesión diaria durante seis días consecutivos, para ver cuánto haría Seth de su libro en ese período. Sería interesante ver alguna parte del libro producida de esta manera. La idea nunca llegó a materializarse, no obstante, a pesar de que Seth había expresado su deseo de intentar hacer algo así el pasado marzo cuando estábamos en el capítulo tres [véanse las notas del descanso de las 22.31 en la sesión 519 y los posteriores comentarios de Seth]. Jane dejó de leer el libro en la sesión 521 del 30 de marzo; hoy es 1 de julio.)

SESIÓN 540, 6 DE JULIO DE 1970

21.29 LUNES

(-Buenas noches, Seth.)

Bien, continuamos con el dictado. *(Pausa.)* Esas otras existencias y realidades que hemos descrito coexisten con la vuestra propia, y cuando estáis despiertos no sois conscientes de ellas. En vuestro sueños sois capaces a menudo de percibir esas otras situaciones, pero soléis envolverlas con vuestra particular parafernalia de los sueños, por lo que cuando despertáis tenéis un recuerdo de ellas poco claro.

De igual manera habitáis en medio de la vida con los llamados fantasmas y apariciones, y, por cierto, vosotros también les parecéis apariciones a otros, particularmente cuando enviáis formas mentales poderosas de vosotros

mismos en estado de sueño, o incluso cuando viajáis inconscientemente fuera de vuestro cuerpo físico.

Evidentemente, hay tantas clases de fantasmas y apariciones como clases de personas. Están tan alertas o tan poco alertas a su situación como vosotros lo estáis a la vuestra. Sin embargo, no están totalmente enfocados en la realidad física, ya sea en la personalidad o en la forma, y eso es lo que los distingue principalmente. Algunas apariciones son formas mentales enviadas por personalidades supervivientes que padecen una profunda ansiedad, y obedecen al mismo tipo de comportamiento compulsivo que puede observarse en muchos casos en vuestra experiencia ordinaria.

El mismo mecanismo que, por ejemplo, lleva a una mujer perturbada a ejecutar una acción repetitiva como un constante lavado y relavado de las manos, también hace que una clase particular de aparición vuelva a un lugar una y otra vez. En tales casos, el comportamiento está compuesto a menudo de acciones repetitivas.

Por diversas razones, tal personalidad no ha aprendido a asimilar su propia experiencia. Las características de esas apariciones son como las de la personalidad perturbada, aunque con algunas excepciones. Ante todo, la totalidad de la conciencia no está presente. La personalidad parece estar sufriendo una pesadilla, o una serie de sueños recurrentes, en los que vuelve al entorno físico. La personalidad en sí está «sana y salva», pero ciertas partes de ella trabajan en problemas no resueltos, y descargan la energía de esta manera.

(21.44.) Por sí mismas son bastantes inofensivas, pero vuestra interpretación de sus acciones puede causar dificultades. En medio de vuestra vida, de las condiciones de la vida, vosotros también aparecéis en ocasiones como fantasmas en

otros niveles de realidad, donde vuestra «pseudoaparición» provoca comentarios y da origen a muchos mitos, pese a que vosotros ni siquiera os dais cuenta de ello.

Ahora estoy hablando de manera general. De nuevo, hay excepciones en las que se conserva la memoria, pero habitualmente los fantasmas y las apariciones no son más conscientes de su efecto sobre los demás de lo que lo sois vosotros cuando aparecéis bastante inconscientemente como fantasmas en mundos que os resultarían bastante extraños.

La combinación de pensamiento, emoción y deseo crea formas, posee energía y está hecha de energía. Tiene que mostrarse a sí misma de tantas maneras como le sea posible. Vosotros sólo reconocéis las materializaciones físicas; pero, como mencioné anteriormente, enviáis fuera de vosotros pseudoformas vuestras de las que no sois conscientes; y esto es algo completamente aparte de la existencia del viaje o la proyección astral, lo cual es un asunto mucho más complicado.

Vosotros aparecéis en forma astral en realidades que están comparativamente más avanzadas que la vuestra, donde generalmente se os reconoce debido a vuestra desorientación. No sabéis cómo comportaros. *(Con sentido del humor:)* No conocéis las costumbres. Pero, tengáis o no forma física, si tenéis emociones o sentimientos, ellos tomarán forma. Tienen su realidad. Si pensáis intensamente en un objeto, aparecerá en algún lugar.

Si pensáis intensamente que estáis en otro lugar, una pseudoimagen vuestra se proyectará fuera de vosotros hacia ese lugar, sea percibida o no y seáis conscientes de ella o no, o conscientes en ella. Esto se aplica tanto a aquellos que han dejado vuestro sistema físico como a aquellos que están en él.

(21.55.) Todas estas formas se conocen como «creaciones secundarias», pues por regla general no poseen conciencia total de la personalidad. Son proyecciones automáticas.

En las creaciones primarias, una conciencia -que habitualmente está totalmente consciente y alerta- adopta una forma, no la suya «nativa», y la proyecta conscientemente, a menudo a otro nivel de realidad. Incluso esto es una tarea un poco complicada, y raramente usada con el propósito de comunicarse.

Hay otros métodos mucho más fáciles. He explicado hasta cierto punto la manera en que se elaboran las imágenes partiendo de un campo de energía disponible. Vosotros sólo percibís vuestras propias creaciones. Sin embargo, si un «fantasma» quiere contactar con vosotros, puede hacerlo a través de la telepatía, y vosotros mismos podéis crear la imagen correspondiente si así lo deseáis. O el individuo podría enviaros una forma mental al mismo tiempo que se comunica con vosotros telepáticamente. Vuestras habitaciones están llenas ahora de formas mentales que vosotros no percibís; y, repito, vosotros sois un fenómeno tan fantasmal ahora como podáis serlo después de la muerte. Simplemente no sois conscientes de ese hecho.

Vosotros hacéis caso omiso de ciertas variaciones de la temperatura y turbulencias del aire, creyéndolas producto de la imaginación cuando en realidad son indicativas de esas formas mentales. Enviáis al fondo de vuestra mente las comunicaciones telepáticas que suelen acompañar a esas formas, y os cerráis a todo tipo de pruebas de que existe otra realidad tan válida como la vuestra, y de que en medio de una existencia estáis rodeados de pruebas válidas pero intangibles. Las mismas palabras «vida» y «muerte» sirven para limitar vuestra comprensión, para erigir barreras donde intrínsecamente no existen.

Podéis tomaros vuestro descanso.

(22.07. Jane salió fácilmente del trance. Su transmisión esa noche era algo distinta de lo habitual. Su voz estaba tranquila, con un aire y un ritmo casi coloquiales, aunque la velocidad variaba a veces. Continuamos de igual manera a las 22.18.)

Algunos de vuestros amigos y parientes muertos os visitan, y se proyectan desde su propio nivel de realidad al vuestro, pero por regla general no podéis percibir sus formas. Sin embargo, no son más fantasmales ni están más «muertos» que vosotros cuando os proyectáis a su realidad, tal y como hacéis en estado de sueño.

Normalmente, ellos pueden percibiros en esas ocasiones, pero vosotros soléis olvidar que esos individuos están en distintos estadios de desarrollo. Algunos tienen conexiones más fuertes que otros con el sistema físico. La cantidad de tiempo que la persona lleva muerta -para vosotros- no tiene que ver con el hecho de que os pueda visitar o no; lo importante es la intensidad de la relación.

No obstante, como ya he mencionado, en estado de sueño podéis ayudar a personas muertas recientemente, aunque sean completos extraños, para que se aclimaten a las condiciones que encontrarán después de la muerte, aunque el conocimiento no esté disponible para vosotros por la mañana. Del mismo modo, otros, extraños, pueden comunicarse con vosotros cuando estáis durmiendo, e incluso guiaros durante diversos períodos de vuestra vida.

No es asunto fácil explicar las condiciones de vida como las conocéis vosotros; es, pues, extremadamente difícil hablar sobre complejidades de las que no sois conscientes.

El punto importante de este capítulo es que ya estáis familiarizados con las condiciones que vais a encontrar después

de la muerte, y hasta cierto punto podéis llegar a conocerlas. *(Pausa y sonrisa a las 22.29.)* Fin del capítulo.

Bien, concedednos un momento.

11. LAS DISTINTAS POSIBILIDADES DESPUÉS DE LA MUERTE Y EL PROCESO DE TRANSICIÓN

Después de la muerte tenéis una variedad ilimitada de experiencias disponibles, todas posibles, pero algunas menos probables que otras, de acuerdo con vuestro grado de desarrollo. Hablando de manera bastante general, hay tres áreas principales, aunque hay algunas excepciones y casos extraordinarios que pueden tomar otros caminos.

Podéis decidir encarnaros de nuevo. Podéis elegir enfocaros en vuestra vida pasada, usándola como base para nuevas experiencias, como hemos mencionado anteriormente, creando variaciones a los acontecimientos que habéis conocido, o corrigiéndolos, según escojáis. O podéis entrar enteramente en otro sistema de probabilidad, lo cual se aparta por completo de la existencia de reencarnación. En este caso estaríais dejando atrás toda idea sobre la continuidad del tiempo.

Bien, algunos individuos, algunas personalidades, prefieren una organización de vida ligada al pasado, al presente y al futuro en una estructura aparentemente lógica, por lo que suelen escoger la reencarnación. Otras prefieren experimentar los acontecimientos de una manera extraordinariamente intuitiva, donde sea el proceso asociativo el que les proporcione organización, y escogen un sistema de probabilidades para su siguiente tarea principal.

A algunos simplemente no les gusta el sistema físico, así que lo abandonan. Sin embargo, si se ha escogido el ciclo de reencarnaciones, no se puede abandonar hasta que se lo haya completado; por lo tanto, esta última elección sólo es posible para aquellos que han desarrollado sus capacidades

a través de la reencarnación hasta el grado máximo en ese sistema.

Algunos que ya han terminado con la reencarnación pueden escoger reentrar en el ciclo para actuar como profesores, y en esos casos siempre hay algún tipo de reconocimiento de una identidad superior. También hay un estado intermedio de relativa indecisión, un medio plano de existencia, un área de descanso, hablando comparativamente; es desde esa área desde donde suelen tener lugar las comunicaciones de los parientes, y es asimismo por lo general el nivel que visitan los vivos en las proyecciones desde el estado de sueño.

Podéis tomar vuestro descanso.

(De 22.45 a 22.54.)

Sin embargo, antes del tiempo de la elección hay un período de autoexamen, donde la totalidad de vuestra «historia» está disponible para vosotros. Entendéis la naturaleza de la entidad, y sois aconsejados por otras porciones de esa entidad más «avanzadas» que vosotros.

Seréis, por ejemplo, conscientes de vuestros otros yoes reencarnados. Habrá lazos emocionales con otras personalidades que habéis conocido en otras vidas pasadas, y algunas de ellas podrían reemplazar vuestras relaciones de la última vida pasada. No obstante, ése es también un lugar de encuentro con individuos de vuestro propio sistema.

A aquellos que estén desorientados se les darán las explicaciones necesarias. A aquellos que no se den cuenta de que están muertos se les informará de su verdadera condición, y se hará lo posible para estimular sus energías y su ánimo. Es un tiempo de estudio y comprensión. Es en esa área donde algunas personalidades perturbadas tienen sueños en los que vuelven al entorno físico.

Es un lugar para la comunicación entre sistemas, por así decirlo. Las condiciones y el desarrollo son más importantes que la duración de la estancia de un individuo en esa área. Se trata de un paso intermedio, pero es un paso importante. Habéis estado allí en vuestros sueños.

Fin del dictado. Quería acabar un capítulo y empezar el otro. Terminaré la sesión, a no ser que tengáis preguntas.

(-Supongo que no.)

Mis más cariñosos deseos para los dos. Que paséis una buena noche.

(-Buenas noches, Seth, y muchísimas gracias. -23.05.)

SESIÓN 541, 13 DE JULIO DE 1970

20.40 LUNES

(No tuvimos sesión el ocho de julio, a pesar de estar programada. El editor de Jane de Prentice-Hall, Tam Mossman, nos llamó esa mañana para decirnos que las primeras copias de su libro El material de Seth *habían llegado a Prentice-Hall procedentes de la imprenta. En el día de hoy le va a enviar a jane un libro por correo.)*

(Esta tarde, cuando estaba acostado, me di a mí mismo indicaciones para tener una experiencia de proyección, pero no tuve éxito. Luego, poco después de la cena, tuve una experiencia visual como la que describí en las notas de la sesión 534, del capítulo ocho, y se la fui explicando a Jane a medida que ocurría. De nuevo ella se preocupó, pero y o, como es habitual, no me alarmé. La experiencia duró aproximadamente media hora.)

(En el capítulo ocho, Seth había dicho que ésa era mi manera de buscar modelos para mi pintura. Yo esperaba ver algo verdaderamente bueno esa noche ahora que ya estaba preparado, pero no ocurrió nada. El único efecto posterior fue un ligero dolor de cabeza, al igual que la otra vez, pero pasó pronto.)

(Quizá, pensé, la experiencia fue una reacción retardada a las indicaciones de proyección. Justo antes de la sesión había hecho algunas preguntas a mi péndulo, aunque no estaba muy seguro de que esa técnica debiera usarse para explorar otra cosa que no fuesen datos físicos. Normalmente obtengo excelentes resultados con el péndulo; ahora me contestó que los efectos de mi interferencia visual los habían causado mis fracasados intentos para percibir una forma mental enviada por una personalidad superviviente. Eso confirmaba las razones dadas entonces por Seth concernientes al fenómeno que experimenté en la vista.

Normalmente usamos el péndulo para tener acceso a la información que está justo bajo la conciencia de la vigilia.)

(También supe que no se trataba de ningún cuadro mío en particular, ni que tampoco era debido a mis esfuerzos de esa tarde para hacer la proyección; que la personalidad superviviente me era desconocida, y que el péndulo no me podía decir quién era esa personalidad.)

(Con esta explicación, no me pareció necesario preguntarle a Seth por mi experiencia. Tenía esperanzas de que me hiciera algún comentario al respecto, pero no lo hizo... Por una vez. Jane y yo estábamos listos para la sesión antes de tiempo.)

Os deseo unas tempranas y buenas noches.

(-Buenas noches, Seth.)

Continuamos con el dictado. La reencarnación implica mucho más que la simple decisión de vivir otra existencia física. En ese período intermedio del que estoy hablando, hay, pues, que considerar varios asuntos.

Cuando la mayoría de la gente piensa en la reencarnación, la considera una progresión lineal en la que el alma se va perfeccionando en cada vida sucesiva, lo cual es una explicación muy simple. Hay un número interminable de variaciones sobre ese tema, variaciones individuales. El proceso de la reencarnación se usa de muchas maneras, por lo tanto, y en ese tiempo de descanso los individuos deben decidir cuál será la manera en que la reencarnación resultaría más efectiva.

(20.45.) Por ejemplo, algunos escogen aislar varias características de una vida dada, y trabajar casi exclusivamente en ellas, basando así la existencia en lo que podría llamarse un tema principal. Vista desde un punto de vista físico, esa personalidad parecería muy unilateral y muy alejada de un individuo bien desarrollado.

Puede que en una vida el intelecto haya tenido expresamente un papel preponderante y esos poderes de la mente hayan llegado tan lejos como el individuo haya podido llevarlos. Esas cualidades son entonces estudiadas a fondo por la totalidad de la personalidad, la cual sopesa cuidadosamente tanto los aspectos benéficos como los perjudiciales del intelecto. A través de la experiencia en otra vida, ese mismo individuo puede especializarse en el desarrollo emocional, y dejar voluntariamente a un lado sus cualidades intelectuales.

Repito que el cuadro físico no tiene necesariamente que ser el de una personalidad bien desarrollada y equilibrada. De igual manera pueden programarse cualidades creativas específicas. Si vieseis esas vidas como una serie de progresiones, muchas de vuestras preguntas quedarían sin

repuesta. A pesar de ello el desarrollo sucede, pero son los individuos los que escogen la manera en que prefieren que el desarrollo tenga lugar.

(20.51.) Negándose el desarrollo intelectual en una vida, por ejemplo, una personalidad puede aprender el valor y el propósito de aquello que no posee. Entonces nace en su interior el deseo de poseerlo (en el caso, por ejemplo, de que anteriormente no hubiera conseguido entender el propósito del intelecto). Así pues, en el momento de la elección, las personalidades deciden la manera en que podrán desarrollarse en la siguiente encarnación.

Algunos escogerán progresar a un ritmo más fácil y de una manera más equilibrada. Ayudarán a mantener todas las partes de la personalidad trabajando a la vez, por así decirlo, e incluso volverán a encontrarse una y otra vez con personas que han conocido en otras vidas. Resolverán sus problemas con un ritmo más suave, en lugar de hacerlo de una manera «explosiva». Medirán sus pasos, como hacen los bailarines.

Durante ese tiempo de descanso y elección, se dan todo tipo de consejos. Algunas personalidades llegan a reencarnarse antes de lo aconsejado y lo hacen por muchas razones. Suele ser algo desafortunado a corto plazo, ya que la planificación necesaria no ha tenido lugar; pero a largo plazo se pueden aprender grandes lecciones de ese «error». No hay un tiempo programado, pero a pesar de ello es muy poco frecuente que un individuo espere más de tres siglos entre una y otra vida, ya que eso crearía dificultades en la orientación, y debilitaría enormemente los lazos emocionales con la Tierra.

Deben establecerse las relaciones para la próxima vida, y esto implica la comunicación telepática entre todos los implicados. Es, pues, un tiempo de muchas proyecciones. Hay algunos que son realmente solitarios y se reencarnan sin

importarles demasiado los períodos históricos de la Tierra. Hay otros a los que les gusta volver cuando sus contemporáneos de determinado tiempo histórico pasado vuelven de nuevo, y, por consiguiente, hay patrones de grupo que implican ciclos de reencarnaciones en los que hay muchos involucrados.

(Dirigiéndose a mí, ahora, a las 21.02.) Tú, por ejemplo, no operaste dentro de un ciclo así. Hay ciclos personales en los que pueden reencarnarse familias enteras, que adoptan diferentes relaciones entre ellos, y tú has estado implicado en varios de ese tipo.

En las existencias de reencarnación puede investigarse con distintos niveles de profundidad. Algunos escogen «llegar hasta el final». Esas personalidades se especializan en la existencia física, y su conocimiento de ese sistema es muy extenso. Pasan por cada uno de vuestros tipos raciales, un requisito que no es imprescindible para todos, y se preocupan grandemente por los períodos históricos. Muchas de estas personalidades viven unas vidas comparativamente cortas, aunque muy intensas, y experimentan más vidas que la mayoría de los individuos. En otras palabras, vuelven al mayor número posible de períodos históricos, para finalmente ayudar a conformar el mundo que conocéis vosotros.

Podéis tomaros un descanso.

(21.08. El ritmo de Jane había sido bastante rápido la mayor parte del tiempo y su voz tranquila. Cuando salía del trance oímos al mensajero que subía las escaleras. Le pagué.)

(No mucho después de que empezaran las sesiones, hace unos cuantos años, Seth nos dijo a Jane y a mí que nosotros tres habíamos vivido en la Dinamarca del 1600. Desde entonces he pensado que mi interés por el arte de Europa Occidental de ese período, especialmente por la obra de

Rembrandt y Vermeer, Van Dyck y Rubens y otros, era algo más que una mera coincidencia. En ese momento mencioné a Jane mi curiosidad por saber si mi carrera artística tendría alguna conexión con la vida de Dinamarca. En tal caso también quería conocer más sobre esa vida.)

(Continuamos a ritmo más lento a las 21.20.)

Prosigue el dictado. De una u otra manera todos sois viajeros, incluso antes de empezar vuestro primer ciclo de reencarnación. Poniéndolo lo más simple que puedo, debo decir que todos no tenéis necesariamente el mismo historial cuando entráis en el sistema de realidad físico. Como ya he mencionado antes, la existencia en la Tierra es un período de entrenamiento, pero a pesar de ello me gustaría que olvidaseis en lo posible los conceptos comunes sobre la progresión.

Los conceptos de «bueno», «mejor», «óptimo», por ejemplo, pueden producir confusión. Estáis aprendiendo a ser tan completos como sea posible. De alguna manera estáis aprendiendo a crearos a vosotros mismos. Y, al hacerlo así durante el ciclo de reencarnación, enfocáis vuestras capacidades principales en la vida física para desarrollar las cualidades y características de la vida humana y abrir nuevas dimensiones de actividad. Eso no quiere decir que el bien no exista o que -según vuestros términos- no «progreséis», pero los conceptos que tenéis del bien y de la progresión están muy distorsionados.

Muchas personalidades tienen talentos extraordinarios en determinados ámbitos, y éstos pueden aparecer una y otra vez en existencias sucesivas. Se los puede templar y usar en distintas combinaciones, pero aun así seguirán siendo la principal marca de individualidad y singularidad de una personalidad. Aunque la mayoría de las personas adoptan oficios, ocupaciones e intereses distintos a lo largo del ciclo

de reencarnaciones, hay otras que tienen una notable línea de continuidad; puede interrumpirse en ocasiones, pero siempre continúa presente. Podrían ser, por ejemplo, casi exclusivamente sacerdotes o profesores.

Volveremos a hablar de la reencarnación, pero quiero seña-lar aquí que, durante ese tiempo de elección entre vidas, hay muchos más asuntos en cuestión que la simple materia de un posible renacimiento.

En ciertas circunstancias, a algunas personalidades se les puede conceder una excepción a la regla general para que se tomen un año sabático *(con sentido del humor)* de las reencarnaciones, un viaje colateral, por así decirlo, a otro estrato de realidad, del que luego vuelven. Sin embargo, esos casos no son muy comunes. Ese tipo de cuestiones también se deciden en ese tiempo. Aquellos que escogen dejar este sistema, una vez que han acabado el ciclo de reencarnaciones, tienen que tomar muchas más decisiones.

La entrada en el campo de las probabilidades puede compa-rarse a la entrada en el ciclo de reencarnaciones. Habrá un enfoque continuo de la conciencia y una existencia en un tipo de realidad enteramente distinto, en la que se aprovecharán los poderes latentes que posee la personalidad multidimensional, apenas vislumbrados.

Las experiencia psicológica difiere considerablemente de la que conocéis, aunque hay indicios de ella dentro de vuestra psique. Aquí la personalidad debe aprender a agrupar los acontecimientos de una manera enteramente diferente y sin apoyo alguno de la estructura del tiempo tal y como la conocéis.

(21.40.) En esta realidad, como en ninguna otra, las capaci-dades intelectuales e intuitivas finalmente trabajan juntas tan bien que hay muy pocas distinciones entre ellas. El ser que

se decide por la existencia de reencarnación es el mismo ser que escoge la experiencia dentro de un sistema probable. No obstante, la estructura de la personalidad dentro del sistema es bastante diferente. Las estructuras de personalidad que os son familiares sólo son una variedad de las muchas formas de conciencia que tenéis disponibles. Por lo tanto, el sistema probable es tan complicado como el de reencarnación.

Os he dicho que toda acción es simultánea; por lo tanto, por un lado, existís en ambos sistemas a la vez. Sin embargo, para explicaros que hay decisiones implicadas, y para separar esos acontecimientos, debo simplificarlos hasta cierto punto. Digámoslo así: una porción del ser total se enfoca en el ciclo de reencarnaciones y se ocupa del desarrollo dentro de él. Otra porción se enfoca en las probabilidades y allí se ocupa del desarrollo. (También hay, por supuesto, un sistema probable en el que no existen los ciclos de reencarnaciones y un ciclo de reencarnaciones en el que no existen las probabilidades.) La apertura y flexibilidad de la personalidad son extremadamente importantes. Puede suceder que se abran puertas a otras existencias y que la personalidad se niegue a verlas.

Por otro lado, toda existencia probable es abierta, y la conciencia puede fabricar una puerta donde no había una. Hay guías y maestros en este tiempo de elección y decisión, para señalar alternativas y explicar la naturaleza de la existencia. No todas las personalidades están en el mismo nivel de desarrollo. Por consiguiente, hay maestros avanzados y maestros de niveles «más bajos».

(21.51.) Pero éste no es un tiempo de confusión, sino al contrario: de gran iluminación y retos increíbles. Más adelante hablaré sobre el concepto de dios, lo cual os ayudará a entender algunas cosas que no incluimos en este capítulo.

Bien, aquellos que escojan combinar acontecimientos de la última vida pasada -como, por ejemplo, intentar vivirla de nuevas maneras- también deberán recibir lecciones. En muchos de esos casos hay un serio problema y una cierta rigidez derivados de las características perfeccionistas mencionadas anteriormente.

Los años de la Tierra podrán ser experimentados otra vez, pero no necesariamente con continuidad. Los acontecimientos pueden utilizarse de cualquier manera que escoja el individuo; se pueden alterar o repetir tal como pasaron para ver el contraste, al igual que un actor pondría una y otra vez una vieja película suya para poder estudiarla. Sólo que en este caso, por supuesto, el actor puede cambiar su papel e incluso el final, ya que posee total libertad sobre los acontecimientos de esos años.

Por supuesto, los otros actores son formas mentales, a no ser que algunos de sus contemporáneos se junten para vivir la misma historia. Ahora podéis tomaros vuestro descanso.

(22.00. Durante la transmisión del párrafo anterior alguien empezó a moverse en el piso de arriba. Una vez fuera del trance, Jane dijo que le había molestado el estrépito que hubo sobre nuestras cabezas, pero que ella «se había metido en el trance» hasta el descanso. Continuamos al mismo ritmo lento a las 22.*12.)*

En esas condiciones, la personalidad manipula los acontecimientos conscientemente y estudia sus consecuencias, para lo cual ha de concentrarse intensamente.

Se le explica la naturaleza de aquellos que participan con él. Es consciente, por ejemplo, de que son formas mentales, y creaciones suyas. Pero las formas mentales, como he dicho, poseen cierta realidad y conciencia. No son para él actores de cartón que pueda empujar de un lado a otro a su voluntad.

Por lo tanto, debe tomarlos en consideración, y tiene una cierta responsabilidad hacia ellos.

Su conciencia crecerá, y ellos continuarán sus propia línea de desarrollo en diferentes niveles. De alguna manera, todos somos formas mentales, algo que explicaré más adelante en el material que trata del concepto de dios. Debéis entender, sin embargo, que no quiero decir que a nosotros nos falte iniciativa para la acción, para la individualidad o para el propósito. Y recordad también que vosotros vivís de dentro hacia afuera; quizá así esta declaración tenga más significado para vosotros.

En ese tiempo de elección se consideran todos estos temas, y se hacen los preparativos apropiados, pero la planificación en sí misma forma parte de la experiencia y el desarrollo. La existencia intermedia, por lo tanto, es tan importante en sí misma como el período que se elija. En otras palabras, aprendéis a planificar vuestras existencias. En esos períodos de descanso también hacéis amistades con quienes os encontráis una y otra vez, y a veces sólo durante las existencias intermedias.

Con ellos podéis discutir vuestra experiencia durante los ciclos de reencarnaciones, pues son como viejos amigos. Los profesores también están dentro de un ciclo; los más avanzados ya se han enfrentado con los sistemas de reencarnación y de probabilidades, y están decidiendo sobre la «futura» naturaleza de su experiencia. No obstante, sus elecciones no son las nuestras, como veremos más adelante.

Bien, dadnos un momento. Fin del dictado. *(Pausa a las 22.27.)*

(Al verme bostezar, añadió divertido:) ¿Estás despierto y alerta?

(-Sí.)

Entonces aguardad... Tenemos dos períodos para ti. Uno muy corto de 1611 a 1635, en Dinamarca. Luego otro de 1638 a 1674. La información que te di *(hace algunos años)* es de uno de ellos. Yo era un mercader de especias que viajaba mucho. También llevaba pigmentos de pintura, o lo que acababa siendo pigmentos de pintura. Esperad. *(Pausa.)*

Había un grupo de tres hombres pintores. Os daremos lo que podamos. La pronunciación es de baja calidad. Hay un nombre que suena como eme, a y luego Daimeer *(ésta es mi interpretación fonética).* No sé si se llamaba Madaimeer. Hay una conexión aquí con la música y con una *suite* de Peer Gynt. ¿Me sigues?

(-Sí.)

Maderas y cartón. Brasas. Creo que eres tú, que estás trabajando en el suelo de una cabaña, implicado en el proceso final de hacer carbón. *(Larga pausa.)*

Una conexión con Van Elver, aunque no estoy seguro de hasta qué punto.

(Yo he pintado un retrato de Van Elver, que es un artista del siglo catorce [danés o noruego] del que Seth recibe información sobre técnicas de pintura.[4]*)*

El nombre de Wedoor *(fonético)* y una compañía germánica que se ocupaba entonces de suministros a los artistas y que también era famosa por el teñido de telas y ropas.

Lo difícil es reunir este material, no conseguirlo.

Van Elver el joven. (Las ciudades eran) fuentes de ingresos para los artistas del campo, pero muchos otros pintores

[4] Una ilustración de este cuadro aparece en *El material de Seth.* Aunque el nombre de Van Elver no se cita, el cuadro es fácilmente identificable.

hacían retratos de granjeros ricos y de sus establecimientos y sus tierras. Estos se colgaban, por supuesto, en los lugares de honor de las casas.

Incluso los campesinos y granjeros más pobres compraban retratos suyos, quizá a artistas menos dotados, y muchos desconocidos aceptaban habitación y comida como pago por los retratos, lo que hacía que los pintasen lo más despacio posible.

(Jane, como Seth, se inclinó hacia adelante sonriendo.) Bien, tú fuiste durante un tiempo un artista menor de esa naturaleza, aunque no durante toda tu vida. Conseguiste algo más que habitación y comida, y compraste una tierra donde decidiste establecerte.

No obstante, dos amigos tuyos continuaron viajando y pintando y te visitaban de vez en cuando, y tú sentías cierta envidia. Uno de ellos llegó a ser bastante conocido en su tiempo. Su nombre era Van Dyck, pero no el famoso. Tu amabas a tu tierra, pero también le echabas la culpa, pues pensabas que podrías haber llegado a ser conocido como artista si no la hubieras tenido.

Creías que te establecerías y pintarías en tu hermosa granja, pero en lugar de ello te convertiste en granjero y bastante lujurioso, por cierto. Aquí hay cierta conexión con tus sentimientos ambiguos actuales hacia el dinero y las posesiones, ¿sabes?

El apellido es algo como Raminkin o Ramanken *(ambos según mi interpretación fonética).* Las letras *hache, e, i, eme* forman parte del nombre o están incluidas en el apellido que acabo de dar. *(Enfáticamente:)* También pintaste mi retrato <u>entonces.</u>

(-Eso es muy interesante. -Jane, como Seth, señaló mi retrato de Seth; estaba colgado en la pared detrás de mí, de

manera que ella estaba frente a él sentada en su mecedora.)

Esta vez te ha salido mejor.

(—Menos mal.)

Ésa fue mi <u>última</u> reencarnación completa, que adopté entonces porque amaba el mar, y servía a mi firme propósito de propagar ideas de un país a otro. Los hombres que viajaban conmigo también estaban implicados en sembrar las ideas. Las propagábamos alrededor del mundo que se conocía entonces.

Frank Withers era un fragmento de mi personalidad. Luego él mismo continuó reencarnándose y siguió su propio camino. Muchos de nosotros dejamos fragmentos de nuestra personalidad al igual que vosotros dejáis los hijos. ¿Me sigues?

(-Sí. —Frank Withers era el nombre original que se nos había dado cuando comenzaron las sesiones, a finales de 1963.)

Y ahora os deseo que paséis una buena noche.

(-Buenas noches a ti, Seth. Muchísimas gracias.)

Me tienes que pintar a carbón algún día.

(-De acuerdo.)

Incluso puede que aparezca y pose para ti, aunque muy brevemente.

(-Bien.)

(22.57. El trance de Jane había sido pro fundo. Hasta ese momento habíamos recibido poca información sobre nuestras vidas pasadas, pues, por diversas razones personales, habíamos preferido esperar para tratar este asunto.

Encontramos fascinantes los datos relativos a Dinamarca, aunque Jane y yo teníamos dudas sobre si y o había vivido dos vidas cortas, o una vida larga dividida en dos esferas de actividad.)

(Esto me llevó luego a preguntarme si la sesión de esa noche contradecía una que tuvimos hace algunos años, en la que Seth declaró que yo había vivido una larga vida en Dinamarca. Jane había sido mi hijo. Verdaderamente no existía ninguna contradicción: era una mala interpretación de nuestra parte. Mas adelante Seth nos dio más detalles sobre todo esto.)

(También dibujo mucho al carbón en esta *vida.)*

SESIÓN 546, 19 DE AGOSTO DE 1970

21.20 MIÉRCOLES

(Seth había suspendido el dictado de su libro durante las últimas cinco semanas. Dos semanas las pasamos nosotros de vacaciones, pero luego estuvimos muy ocupados. De las cuatro sesiones normales que mantuvimos en el tiempo restante, la mayor parte de ellas trataron sobre la inminente publicación el 4 de septiembre, del libro propio de Jane. El material de Seth, *y la gira que habíamos proyectado en radio y televisión.)*

(Por lo tanto, ahora que podíamos descansar un poco, confiábamos en que Seth continuaría con el trabajo de su libro en el capítulo once, a pesar de que Jane no le había puesto la vista encima desde hacía bastante tiempo. Y así sucedió.)

Buenas noches.

(-Buenas noches, Seth.)

Bien, continuaremos con el dictado.

El tiempo que dura la elección depende de las condiciones y circunstancias del individuo después de la transición de la vida física. Algunos se toman más tiempo que otros para entender su verdadera situación.

Algunos deben ser despojados de muchos símbolos e ideas que los estorban, como expliqué anteriormente. El tiempo de elección puede venir casi inmediatamente, o puede posponerse durante un largo período mientras tiene lugar algún entrenamiento. Los principales impedimentos que se presentan en el tiempo de elección son, por supuesto, las ideas falsas que esconde un individuo.

La creencia en el cielo y el infierno, en ciertas condiciones, puede ser igualmente perjudicial. Algunos se niegan a aceptar la idea del trabajo, el desarrollo y sus retos posteriores, y creen en cambio que la situación convencional del cielo es la única posibilidad que existe. Durante algún tiempo pueden realmente habitar un entorno así, hasta que, por propia experiencia, aprendan que la existencia exige el desarrollo, y que un cielo tal sería estéril, aburrido y verdaderamente «mortal». Entonces están preparados para el tiempo de la elección.

Otros pueden insistir en que, debido a sus transgresiones, serán enviados al infierno, y la fuerza de esta creencia es tal, que durante algún tiempo pueden encontrar realmente esas condiciones. Sin embargo, en ambos casos, siempre hay maestros disponibles, que tratan de ayudar para acabar con estas falsas creencias.

En el caso del infierno, los individuos de alguna manera entran en razón más rápidamente, ya que sus propios miedos hacen funcionar dentro de ellos la respuesta liberadora. En

otras palabras, su necesidad abre más rápidamente las puertas internas del conocimiento. Por consiguiente, ese estado no dura normalmente tanto como el estado de cielo.

Aun así, ambos estados demoran el tiempo de la elección y de la siguiente existencia. Hay aquí un punto que me gustaría mencionar: en todos los casos, el individuo crea su propia experiencia. Digo esto de nuevo incluso a riesgo de repetirme, ya que éste es un hecho básico de toda conciencia y existencia. No hay «lugares», situaciones o condiciones especiales después de la muerte en los que una personalidad deba tener alguna experiencia.

Los suicidas, por ejemplo, no tienen impuesto ningún «castigo» particular, ni su condición es peor *a priori:* se los trata como a cualquiera. Sin embargo, cualquier problema no enfrentado en una vida, debe ser enfrentado en otra; pero esto no se aplica sólo a los suicidas.

Un suicida puede provocar su propia muerte debido a que rechaza las específicas condiciones de existencia que él mismo ha escogido. Si es éste el caso, entonces, por supuesto, tendrá que aprender de otro modo. No obstante, muchos otros escogen rechazar la experiencia mientras están en el sistema físico, y cometen un suicidio casi igualmente eficaz mientras están vivos físicamente.

(21.38.) Las condiciones conectadas al acto del suicidio también son importantes, así como la realidad interna y comprensión del individuo. Menciono esto aquí, porque muchas filosofías enseñan que los suicidas se enfrentan a un sino especial, casi vengativo, y no es éste el caso. Sin embargo, si una persona se mata creyendo que ese acto va a anular su conciencia para siempre, esa idea falsa puede retrasar gravemente su progreso, ya que éste se verá intensificado aún más por la culpa.

De nuevo, hay profesores disponibles para explicar la verdadera situación. Se usan varias terapias. Por ejemplo, la personalidad puede ser conducida de nuevo a los acontecimientos previos a la decisión, y se le permite cambiar su decisión. Se le induce un efecto de amnesia, de manera que olvide el suicidio. Sólo más tarde se informa al individuo de su acto, cuando es más capaz de enfrentarse a él y de entenderlo.

Pese a todo, es evidente que estas condiciones son impedimentos para el tiempo de elección. Ni que decir tiene que la obsesión por las cuestiones terrenales también actúa de igual manera. En tales casos, a menudo la personalidad insiste en enfocar sus capacidades perceptivas y energías en la existencia física, como resultado de una negativa psíquica a aceptar la muerte. El individuo conoce bastante bien que está muerto, pero se niega a completar la separación psíquica.

Hay casos, por supuesto, en que los individuos afectados no son conscientes del hecho de la muerte: no es una cuestión de que se nieguen a aceptarla, sino de falta de percepción. Un individuo así estará también obsesionado por los asuntos terrenales, y errará probablemente desconcertado por toda su casa o sus alrededores. En un caso como éste, evidentemente, el tiempo de la elección también se pospone.

Por consiguiente, el proceso de transición es sumamente variable, al igual que lo es el proceso de la vida física. Muchos de los impedimentos que he mencionado frenan el progreso no sólo después de la muerte, sino también en vuestra existencia física. Esto, ciertamente, debe tenerse en consideración. Una exagerada identificación con las características sexuales también puede retrasar el progreso. Si un individuo considera intensamente su identidad como masculina o femenina, puede suceder que se niegue a aceptar el hecho de los cambios sexuales que ocurren en las

existencias de reencarnación. Además, este tipo de identificación sexual impide el desarrollo de la personalidad durante la vida física.

Podéis tomaros un descanso y luego continuaremos.

(21.53. El trance de Jane había sido bueno, su ritmo bastante rápido, su voz tranquila. Sin embargo, no estaba tan activa o fuerte como lo había estado la noche pasada durante su clase de percepción extrasensorial. Continuamos a las 22.11.)

Aunque los hechos mencionados suelen actuar como impedimentos, siempre hay excepciones. Una creencia en el cielo que no sea obsesiva puede ser usada como marco útil, como base de operaciones que permitirá que un individuo acepte más fácilmente las nuevas explicaciones que va a recibir.

Incluso la creencia en la existencia de un juicio es en muchos casos un marco útil, ya que, aunque no se impone un castigo, el individuo se encuentra preparado para alguna clase de examen y evaluación espirituales.

Aquellos que crean profundamente que la realidad se crea a sí misma tendrán menos dificultades, y quienes hayan aprendido a entender los mecanismos del estado de sueño y operar con ellos tendrán enormes ventajas. La creencia en el demonio resulta muy desventajosa después de la muerte, al igual que lo es durante la existencia física. Una teología de los opuestos es también perjudicial. Si creéis, por ejemplo, que todo bien debe ser equilibrado con el mal, os forzaréis a un sistema de realidad que es sumamente limitador, y que contiene en su interior las semillas de un gran tormento.

En ese tipo de sistema, incluso el bien resulta sospechoso, porque se cree que debe ser seguido de un mal igual. Todas las creencias de dioses contra diablos, ángeles contra demonios, animales y ángeles enfrentados, son distorsiones

que constituyen impedimentos. En vuestro sistema de realidad tenéis establecidos grandes contrastes y factores opuestos, que operan en vuestra realidad como creencias fundamentales.

Estas creencias son extremadamente superficiales y en gran parte resultado de capacidades intelectuales mal usadas. El intelecto solo no puede comprender lo que la intuición indudablemente conoce. Al tratar de encontrar un sentido en la existencia física, el intelecto ha establecido estos factores opuestos. «Si existe el bien, debe existir el mal», dice, pues quiere las cosas explicadas en compartimientos definidos. Si existe un arriba, debe existir un abajo. Debe haber equilibrio. Sin embargo, el ser interno sabe que, con un criterio más amplio, el mal es sencillamente ignorancia, y que «arriba» y «abajo» son términos aplicados a un espacio que no conoce tales direcciones.

(22.25.) No obstante, una fuerte creencia en tales fuerzas opuestas es sumamente perjudicial, ya que impide la comprensión de los hechos, los hechos de la unidad interna y la unicidad, de la interconexión y la cooperación. Por consiguiente, una creencia obsesiva en estos factores opuestos es quizá el elemento más perjudicial, no sólo después de la muerte, sino también durante la existencia.

Algunos individuos no han experimentado nunca durante la vida física ese sentido de armonía y unicidad en que se fusionan tales factores opuestos. Estos individuos deben pasar por muchos estadios después de la transición, y tienen por lo general muchas otras vidas físicas «ante» ellos.

Al igual que vosotros creáis vuestra existencia física tanto de manera individual como colectivamente, después del tiempo de la elección os reunís con otros que han decidido tener el mismo tipo de experiencia. Entonces comienza una gran aventura cooperativa a medida que se hacen los

preparativos, los cuales variarán según el tipo de existencia escogida. Existen, por lo tanto, patrones generales. Ninguna realidad individual es idéntica a otra, pero hay grupos conjuntos.

Podéis tomaros vuestro descanso.

(22.34. Al principio creí que el anuncio del descanso era debido a que nuestro gato, Willy, había saltado al regazo de Jane mientras ella hablaba. Ella se había sobresaltado un poco, y pensé que la había interrumpido, pero cuando Jane salió del trance dijo que apenas recordaba el incidente. Su ritmo había sido rápido de nuevo. Continuamos de igual manera a las 22.44.)

Diciéndolo de una manera sencilla, una creencia en el bien sin creer en el mal os puede parecer algo sumamente irreal. Sin embargo, esa creencia es el mejor seguro que podéis tener, tanto para la vida física como para después. Vuestro intelecto puede sentirse insultado por tal creencia, y las pruebas recogidas por vuestros sentidos físicos pueden gritar que eso no es verdad, pero creer en el bien y no en el mal es en realidad sumamente realista, ya que ello mantendrá vuestros cuerpos más sanos en la vida física, os mantendrá psicológicamente libres de muchos miedos y dificultades mentales, y os dará un sentimiento de tranquilidad y espontaneidad con que podréis desarrollar vuestras capacidades más fácilmente. Después de la muerte os liberará de la creencia en el infierno y en el demonio, y el consiguiente castigo. Estaréis mejor preparados para entender la verdadera naturaleza de la realidad. Sé que este concepto puede ofender realmente a vuestro intelecto, y que vuestros sentidos parecen negarlo. Pero ya deberíais saber que vuestros sentidos os dicen muchas cosas que no son verdad; y os digo que la realidad que perciben vuestros sentidos físicos es el resultado de vuestras creencias.

Si creéis en demonios, sin duda los percibiréis. Hasta ahora vuestro mundo no ha intentado el experimento que os liberaría. El cristianismo no es más que una distorsión de esta verdad fundamental, y me refiero al cristianismo organizado tal como lo conocéis, no a los preceptos originales, a los que prácticamente no se les ha dado oportunidad alguna (hablaremos sobre esto más adelante).

El experimento que transformaría vuestro mundo se basaría en la idea fundamental de que vosotros creáis vuestra realidad de acuerdo con la naturaleza de vuestras creencias, de que toda existencia ha sido bendecida y de que en ella no existe el mal. Si estas ideas se siguieran individual y colectivamente, la evidencia que perciben vuestros sentidos físicos no encontraría contradicción pues ellos percibirían el mundo y la existencia como algo bueno.

Éste es el experimento que aún no se ha hecho, y éstas las verdades que debéis aprender después de la muerte física. Algunos entienden esas verdades después de la muerte y escogen volver a la existencia física para explicarlas. Así se ha hecho a lo largo de los siglos. Así sucede también en el sistema de probabilidades que se <u>origina</u> en la realidad física.

Existen sistemas de probabilidad no conectados en absoluto al sistema de realidad que os es propio, mucho más avanzados que cualquiera que pudierais imaginar en la actualidad, y en ellos son bien conocidas las verdades de las que os he estado hablando. Allí los individuos crean las realidades de una manera creativa e intencionada, con conocimiento de cómo hacerlo y empleando todas las cualidades creativas de la conciencia.

(22.59.) Menciono esto aquí sencillamente para señalar que después de la muerte hay muchas otras condiciones que no están conectadas con vuestro sistema. Cuando, en ese período intermedio, hayáis aprendido todo lo posible según

vuestra capacidad, estaréis preparados para progresar. Sin embargo, el período intermedio en sí mismo tiene muchas dimensiones de actividad y variedad de experiencias. Como podéis ver, y diciéndolo de la manera más sencilla posible, no todos «conocen» a todos los demás.

En lugar de países o divisiones físicas, hay estados psicológicos. Para un individuo que esté en uno ellos, otro puede parecerle bastante extraño. En muchas de las comunicaciones con los que están en esos estados de transición, los mensajes que llegan a través de médiums pueden parecer muy contradictorios. Lo que sucede es que no todos los «muertos» tienen la misma experiencia, sino que las condiciones y situaciones varían. Un individuo que explica su realidad sólo puede explicar aquello que conoce. De nuevo repito que ese material ofende a menudo al intelecto que pide respuestas claras y sencillas y descripciones que se correspondan.

Muchos individuos que están en esos estadios y que se comunican con sus parientes «vivos» aún no han alcanzado el tiempo de la elección, y no han completado su período de formación.

(23.06.) Puede que aún estén percibiendo la realidad de acuerdo con sus antiguas creencias. Casi todas las comunicaciones proceden de ese nivel, especialmente cuando existe el vínculo de una relación de la vida inmediatamente anterior. No obstante, esos mensajes sirven a un propósito, incluso en ese nivel. Los comunicadores pueden informar a sus parientes vivos que la existencia continúa, y lo pueden hacer en términos comprensibles para los vivos.

Ellos pueden relacionarse con los vivos, ya que por lo general sus creencias no han cambiado; en circunstancias afortunadas pueden transmitir sus conocimientos a medida

que aprenden. Sin embargo, sus intereses cambian gradualmente, ya que en su nueva existencia establecen nuevas relaciones.

En el tiempo de la elección, pues, la personalidad se prepara para partir hacia otra existencia. Según vuestra medición del tiempo, ese período intermedio puede durar siglos o sólo unos pocos años, aunque hay excepciones. Hay casos en los que la personalidad se va rápidamente a otra existencia física, incluso en, cuestión de horas. Normalmente se trata de un hecho desafortunado, causado por un deseo obsesivo de volver a la vida física.

Pero, en ocasiones, esa vuelta tan rápida es elegida por una personalidad encargada de un propósito especial, que descarta el cuerpo físico viejo y renace casi inmediatamente en uno nuevo para finalizar un proyecto importante y necesario que ha dejado inconcluso.

Ahora terminaremos la sesión, a no ser que tengáis alguna pregunta.

(-Supongo que no.)

Muy buenas noches para ambos.

(-Buenas noches, Seth.)

Tendrías que haber estado en la sesión de la clase de anoche. Te habría encantado...

(—Voy a leerla. -Yo estaba mecanografiando una sesión en mi estudio, mientras la clase tenía lugar en nuestro cuarto de estar. La sesión fue registrada por uno de los miembros de la clase, como siempre, y tendríamos su transcripción en unos días.)

... y no habrías tenido que tomar notas. *(Pausa.)* Esta noche estoy contigo de una manera muy fuerte, y, si te haces las

sugerencias, te podré ayudar a salir de tu cuerpo. Date la orden de recordar.

(-Bien, me encantará proyectarme.)

Hasta luego, entonces.

(-Buenas noches, Seth, y gracias. -23.18. El trance de Jane había sido bastante profundo, y le costó más tiempo del habitual salir de él. En la última parte de la sesión yo había sentido con bastante intensidad la inmediatez de la presencia de Seth.)

(Jane me dijo que, «justo al final de la sesión», había captado una idea de Seth: podría grabar una sesión y así, en su transcurso, estaría libre para hacer una serie de bocetos de ella hablando como Seth. Y luego podría pintarla al óleo a partir de esos bocetos. Jane estaba segura de que la idea provenía de Seth, pues ella no había pensado en ello antes; ni yo tampoco, la verdad.)

(Cuando me fui a dormir intenté hacerme las sugerencias sobre la proyección mencionada por Seth, pero por la mañana no tenía nada interesante que contar. Normalmente, si espero hasta el momento de irme a la cama tengo dificultad en hacerme las sugerencias; me duermo demasiado deprisa. Jane se aproxima al estado de sueño de una manera más pausada.)

SESIÓN 547, 24 DE AGOSTO DE 1970

21.10 LUNES

Buenas noches.

(—Buenas noches, Seth.)

Continuaremos con el dictado. *(Jane, como Seth, me dirigió una mirada inquisitiva.)* A no ser que tengáis alguna pregunta preliminar...

(-No.)

Hay algunos puntos que me gustaría comentar. El tiempo de la elección es algo más complicado si el último ciclo de reencarnaciones, hablando en vuestros términos, ya está completo.

Antes que nada debéis entender, repito, que ahora no conocéis vuestra verdadera identidad. Por el contrario, os identificáis con vuestro ego actual; así que cuando pensáis en la vida después de la muerte, en realidad pensáis en la vida futura del ego que conocéis. Al final del ciclo de reencarnaciones entendéis con bastante profundidad que la identidad básica, el núcleo interno de vuestro ser, es mucho más que la suma de vuestras personalidades reencarnadas.

Podríamos decir entonces que las personalidades sólo son divisiones de vuestro ser aquí. Entre ellas no hay competencia ni una división real, sino una aparente separación en la que *vosotros* representasteis diversos papeles, desarrollasteis distintas capacidades, aprendisteis a crear de maneras nuevas y diversas.

Esas personalidades reencarnadas continúan desarrollándose pero entienden también que su identidad principal es la vuestra.

Por consiguiente, cuando el ciclo termina, conocéis todas vuestras vidas pasadas, disponéis de toda la información, la experiencia y las capacidades, lo cual significa que entendéis vuestra realidad multidimensional de una manera práctica. He usado a menudo la palabra multidimensional, y como veis la uso bastante literalmente, pues vuestra realidad no sólo es la

de las existencias de reencarnación, sino también la de las realidades probables que he mencionado anteriormente.

Por lo tanto, cuando llega el momento de elegir, las elecciones disponibles son mucho más variadas que las que son posibles para las personalidades que aún deben reencarnarse. Siempre existe la posibilidad de enseñar si tenéis inclinación y capacidades para ello, pero la enseñanza multidimensional es muy diferente de la enseñanza que conocéis ahora, y exige una formación rigurosa.

Un profesor de tal tipo debe ser capaz de instruir a varias porciones de una entidad a la vez. Digamos, por ejemplo, que una entidad particular tiene una reencarnación en el siglo XIV, otra en el ni a.C., otra en el año 260 d.C., y otra en tiempos de la Atlántida. El profesor estaría contactándose simultáneamente con esas distintas personalidades, y comunicándose con ellas en términos que pudiesen comprender. Ese tipo de comunicación requiere un conocimiento completo de las creencias fundamentales de esas eras, y del clima general del pensamiento científico y filosófico de ese tiempo.

(21.26.) También pudiera ser que la entidad estuviese explorando sistemas probables, y habría que establecer contacto asimismo con esas personalidades. La cantidad de conocimientos y entrenamiento necesarios en el oficio de profesor hace que ésta sea una tarea muy dura, pero es uno de los caminos disponibles, ya que el proceso de aprender esa información aumenta necesariamente el desarrollo y las capacidades del profesor. Tal tarea requiere una delicada manipulación de la energía y un constante viajar a través de las dimensiones. Una vez que se ha hecho esta elección, inmediatamente comienza la formación, siempre bajo la dirección de un experto práctico. Esa vocación -pues se trata

de una vocación- lleva a ese maestro incluso a otros reinos de la realidad distintos de los que él conocía previamente.

Otros que poseen una naturaleza global diferente, una vez que terminan con la reencarnación pueden empezar el largo viaje que conduce a la vocación de creador. En un plano completamente distinto, esto se podría comparar con los genios que hay en el campo creativo en vuestra propia realidad.

En lugar de pinturas, pigmentos, palabras, notas musicales, los creadores comienzan a experimentar con las dimensiones de realidad, para impartir conocimientos de todas las formas posibles (y no me refiero a las formas física). Lo que vosotros llamáis tiempo se manipula como un artista podría manipular pigmentos, y lo que llamáis espacio se junta de diversas maneras.

El arte se crea entonces usando el tiempo -por ejemplo- como una estructura. En vuestros términos el tiempo y el espacio podrían mezclarse. Las bellezas de diversas épocas, las bellezas naturales, las pinturas, los edificios se recrean como método de aprendizaje para esos principiantes. Una de sus preocupaciones principales es crear belleza que afecte a tantas dimensiones de la realidad como sea posible.

Un trabajo así se percibiría en vuestro sistema como algo concreto, pero también se percibiría en las realidades probables, aunque quizá de una manera totalmente diferente. Es, pues, un arte multidimensional, tan libre y elemental que aparecería simultáneamente en muchas realidades.

Tal arte es difícil de describir en palabras, ya que su concepto no tiene equivalente verbal. Esos creadores se ocupan también de inspirar a aquellos que están en todos los niveles de realidad disponibles para ellos. Así, en vuestro

sistema la inspiración es a menudo consecuencia del trabajo de esos creadores.

Podéis tomaros una pausa y continuaremos.

(De 21.44 a 22.00.)

Esas «formas de arte» son frecuentemente representaciones simbólicas de la naturaleza de la realidad, que serán interpretadas de distintas maneras de acuerdo con la capacidad de aquellos que las perciben.

Desde vuestro punto de vista, podrían ser dramas vivientes. Sin embargo, siempre serán estructuras psíquicas que existen aparte de cualquier sistema de realidad dado, y que son percibidas por muchos, al menos parcialmente. Algunas existen en lo que vosotros podríais designar como el plano astral, y vosotros las percibís en vuestras visitas durante el estado de sueño.

(22.03. Nuestro gato Willy saltó repentinamente al regazo de Jane, exactamente como había hecho en la última sesión. Instintivamente le hablé un poco alto, por miedo a que sobresaltase a Jane y la sacara del trance. Ella pestañeó al oír mi voz, pero continuó hablando. Willy descendió de un salto.)

Otras son percibidas por vuestra mente temporal como vislumbres o en trozos, cuando estáis semidormidos o semidespiertos, o en otros momentos de disociación. Existen varias clases de arte multidimensional y, por lo tanto, muchos niveles en los que trabajan los creadores. Toda la historia de Cristo es una de esas creaciones.

(Pausa a las 22.06. Estornudé, y no por primera vez desde que la sesión había empezado.)

También existen aquellos que escogen ser sanadores, y esto, por supuesto, implica mucho más que la sanación que os es familiar. Esos sanadores deben ser capaces de trabajar con todos los niveles de experiencia de la entidad, ayudando directamente a todas aquellas personalidades que son parte suya. De nuevo, esto implica la utilización de los patrones de reencarnación y una gran diversificación. Un sanador empieza con los yoes reencarnados con diversas dificultades...

(Estornudé tres veces.) ¿Quieres que hagamos una pausa?

(-Creo que no. -Aun así, me tomé un momento para pensarlo.)

La sanación de la que hablamos es siempre psíquica y espiritual, y esos sanadores están disponibles para ayudar a cada personalidad de vuestro sistema, tal y como lo conocéis, en vuestro tiempo presente, y de otros sistemas.

En un contexto más amplio y con una formación mayor, los sanadores avanzados tratan las enfermedades espirituales de un vasto número de personalidades. También existen los que combinan las cualidades de maestro, creador y sanador. Otros escogen líneas de desarrollo particularmente afines a sus características personales.

Os sugiero que toméis un descanso.

(22.15. Willy había empezado a hacer de las suyas otra vez, así que lo deposité en otra habitación y cerré la puerta. Jane dijo que le habían molestado el gato y mis estornudos. Tenía un vago recuerdo del medio grito que le dirigía Willy. Mis energías personales, según dijo ella, estaban muy dispersas esa noche; eso es lo que había sentido. Sin duda era cierto que y o no estaba en plena forma. Seguí estornudando después de que ella continuó a las 22.25.)

Sin embargo, no quiero hablar aquí sobre el propósito de la existencia o el desarrollo continuo de la conciencia. Simplemente quiero mostrar que hay inmensas posibilidades de progresión, y resaltar el hecho de que toda personalidad tiene completa libertad.

Los desarrollos de la conciencia que tienen lugar son atributos naturales, estadios naturales. No se utiliza la coacción. Todos y cada uno de los desarrollos posteriores son inherentes a la personalidad que vosotros conocéis, a la manera en que el adulto está contenido en el niño.

Estas descripciones de los acontecimientos que ocurren después de la muerte os pueden sonar muy complicadas, especialmente si estáis acostumbrados al cuento simplista del cielo y el descanso eterno. Desgraciadamente las palabras no pueden describir muchas de las ideas básicas que me gustaría que comprendieseis. Aun así, en vuestro interior tenéis la capacidad de liberar vuestra intuición y de recibir conocimiento interno.

Las palabras de este libro tienen el propósito de liberar vuestras capacidades intuitivas personales, a medida que lo leéis. Durante el tiempo de su lectura vuestros sueños os ampliarán la información, que estará en vuestra mente al despertar, si estáis alertas a ella. No existe ese simple final de la vida que os han enseñado, ni esa historia del cielo. Existe la libertad de entender vuestra propia realidad, de desarrollar más vuestras capacidades, y de sentir más profundamente la naturaleza de vuestra propia existencia como parte de Todo lo que Es.

(22.34.) Éste es el final del capítulo y de nuestra sesión, a no ser que tengáis alguna pregunta.

(—No, supongo que no. —Me sentía demasiado cansado e incómodo.)

Mis más cariñosos saludos para ambos. Que paséis una buena noche.

(-Buenas noches, Seth.)

Una pequeña nota. Una parte tuya se ha proyectado antes al hospital donde está tu padre. Ruburt sentía la ausencia de esa parte tuya. Lo que intentabas era simplemente hacerle una visita. En lo más profundo de tu mente te preguntabas si él sabía que había tenido fiebre del heno, y fue eso lo que disparó la proyección inconsciente.

Tu ser inconsciente es una parte importante en nuestras sesiones, y fue por esa razón por lo que Ruburt sintió su ausencia. Y, ahora, buenas noches.

(-Buenas noches, Seth. Gracias.)

(22.39. La sesión terminó más temprano de lo habitual, por razones obvias. La información que dio Seth sobre mi proyección inconsciente era muy interesante. Un acontecimiento de este tipo bien pudo causar mis estornudos, ya que hay fuertes conexiones entre mi padre, la fiebre del heno y yo.)

(Esta es la estación de la fiebre del heno. Aunque ahora no me resulta tan molesta, en años pasados he sufrido mucho por su causa. Tuve el primer ataque a los tres años. Aproximadamente por la misma época mi padre se desembarazó de la suya para siempre. Seth me dijo hace algún tiempo que mi padre me había dado *su fiebre del heno, y que por razones propias yo había aceptado el «regalo».)*

(Mis síntomas fueron disminuyendo gradualmente a lo largo de la noche.)

FIN

*   *   *

Este libro fue digitalizado para distribución libre y gratuita a través de la red

v1.0: 6 de Agosto 2002 – 01:21

v2.0: 23 de Agosto 2003 – 00:26

Jane Roberts, es la mano que plasma todas las enseñanzas que nos brinda **Seth**. Nació en 1929 en Saratoga, EE.UU., murió en 1984. Escribió poesía, metafísica, cuentos para niños y novelas.

Habla Seth es una crónica de los pensamientos y creencias de Seth escritos tal y como el mismo se los reveló a Jane Roberts durante sus estados de trance. Seth le desveló secretos acerca de la vida y la muerte, del universo más allá de los sentidos…

«Si creéis firmemente que vuestra conciencia está encerrada en algún lugar de vuestra cabeza y es incapaz de escaparse de ahí,…

»Si pensáis que vuestra conciencia termina en los límites de vuestro cuerpo, quiere decir que os valoráis en poco y pensaréis que soy una ilusión. Pero yo no lo soy más de lo que podáis serlo vosotros.

»Con toda sinceridad puedo decir esto a mis lectores: soy mucho más



viejo, al menos por lo que se refiere a la edad de lo que vosotros podéis pensar.

»Si un escritor puede ser calificado como autoridad en función de su edad, en ese caso deberían darme una medalla. *Soy una esencia de energía de la personalidad que ya no está enfocada en la materia física. Y, como tal, tengo conciencia de ciertas verdades que muchos de vosotros parecéis haber olvidado.*

»Espero poder recordároslas.»




ISBN 84-89957-04-5

